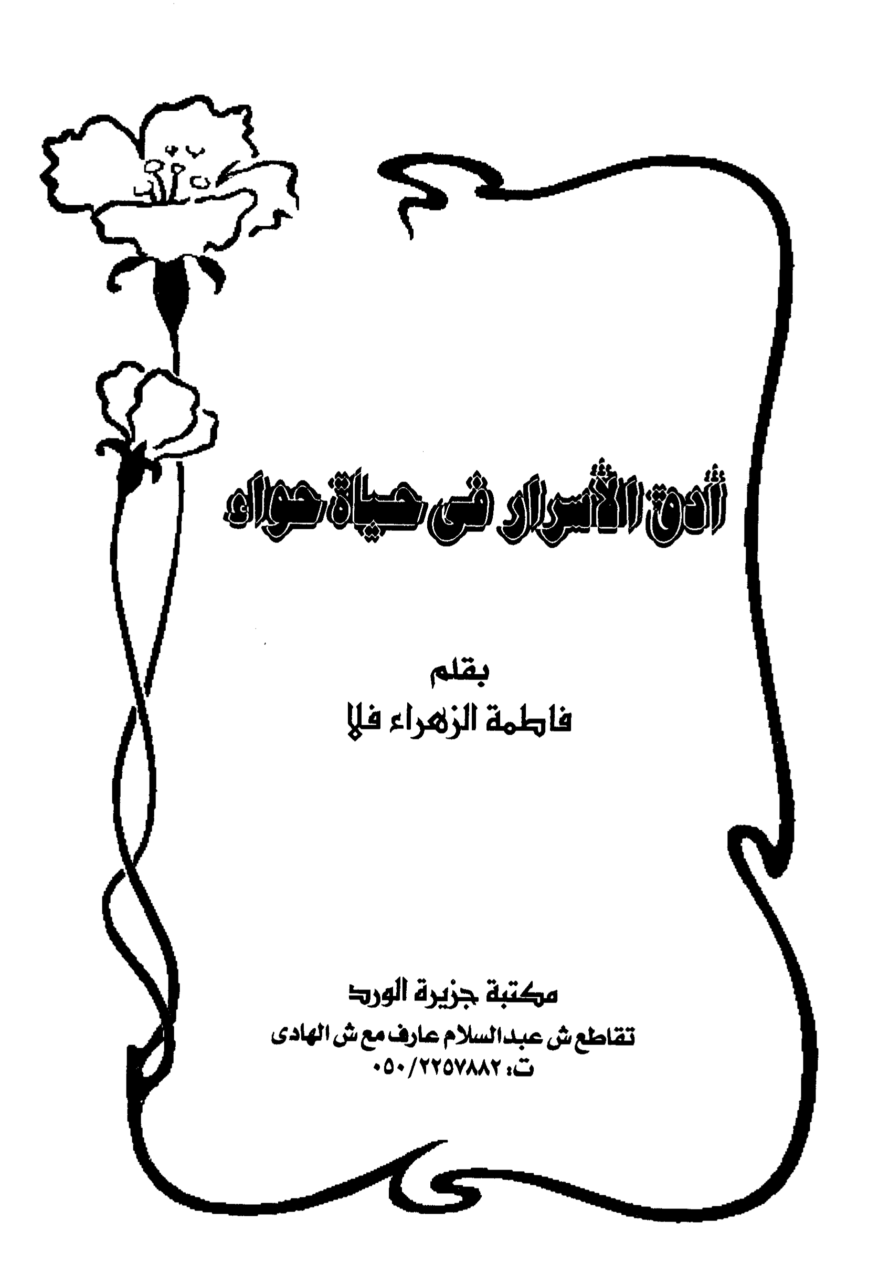


أدق الأسرار فى حياة حواء

بقلم
فاطمة الزهراء فلا

مكتبة جزيرة الورد
تقاطع ش عبدالسلام عارف مع ش الهادى
ت: ٠٥٠/٢٢٥٧٨٨٢

رقم الإيداع ٢٥٢٠/ ٢٠٠٣

مكتبة جزيرة الورد
تقاطع ش عبدالسلام عارف مع ش الهادى
ت: ٠٥٠/٢٢٥٧٨٨٢



إهـــداء

إلى أم الشعور الذهب.
حورية البحر العجب
عيونها فى زرقة البحر
واحساسها مشاعر من لهب
اسمها.. كان سعدية
والبطل كان اللقب.
علمتنى الحواديت
وغصت معها فى بحار الأدب
لم تهبها الحياة بنتا ولا ولد..
لكننا جميعًا عشقناها..
فكانت الأم الحنون
وسبحان ياربى من وهب

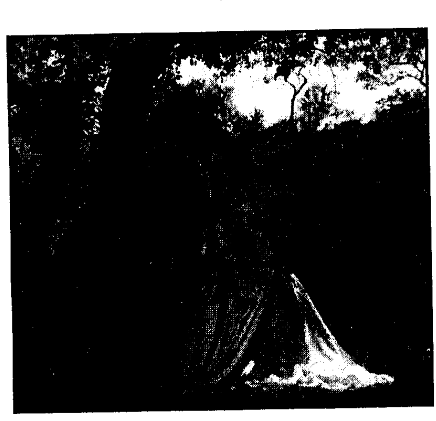
تقديم

حواء دائما فى قلبى.. فى صمتى.. فى همسى.. إذا جلست بمفردى تذكرت أمى وإذا سرت فى الصباح.. وأردت أن يقصر طريقى تذكرت شقاوة بناتى وإذا رأيت إحدى البنات تتزوج دعوت فى سرى عقبالكن يا بناتى.

هكذا أنا حياتى كلها همسات مع حواء وإلى حواء وبالفعل حين وجدت نفسى أسعى نحو الشهرة وجدت كل من حولى نساء ناجحات لم تبخل علىّ إحداهن بالأخذ بيدى وضعهن لى الطريق كل واحدة تقدم لى شيئا فكانت هدى العجيمى وفايزة حسين ومآثر عطيه واقبال بركة وسمية البسيونى وأميمة إبراهيم وسوزان حسن ونادية الكيلانى وناهد المنشاوى وناهد حمزة وسنية عباس كلهن أدين لهن بوقفات عرفان بالجميل..

إنه عالم حواء الذى يحمل قلبا من ذهب ومشاعر من حرير وعندما يقولون خلف كل عظيم امرأة فهم لم يكذبوا فالمرأة عظيمة إذا نعمت بالتربية السليمة وإذا شذت إحداهن فليس اللوم عليها ولكن اللوم على من دفعوها للانحراف كأب فاسد أو أم فقيرة جاهلة دفعتها الظروف بأن تزج بابنتها الصغيرة بين تروس مجتمع لايرحم ولا يعترف إلا بالقوة وأن المرأة الضعيفة نهايتها معروفة ومحتومة ويا ويل تلك الفتاة حين تقع بين الذئاب.. فوقفه معى عزيزتى حواء للتعرف على أهم اسرارك .

همسة فى أذنك عزيزى الرجل



زوجتك ثروة عظيمة وأكبر هدية منّ الله بها عليك فكيف تحافظ عليها؟ ليس بالمال ولا بالهدايا ولا بالشقة الفاخرة لكن هناك أشياء كثيرة أخرى فالمفروض أنك اخترتها من بين كثيرات غيرها وسهرت الليالى وأنت تفكر فى العش الجميل الذى سوف يجمعكما أحببتها وأحببت سيرتها وهى بعيدة عنك فلماذا لا تحافظ عليها بعد أن تصبح جزء منك كيان لا ينفصل عنك ومن تجارب الآخرين ومشاكل حدثت مع العديد من الأسر بدأت صغيرة ثم تطورت لتصل إلى خلافات كبيرة.

وإليك عزيزى الزوج بعض الأمثله.

زوج يغلق على زوجته باب البيت بالمفتاح فى غيابه ويمنعها من الاتصال بأحد ساحباً منها الثقة بعد أن أثار المشاكل لتترك عملها وبعد أن تضخمت لديها العقد والاحساس بأنها غير جديرة بالثقة وقفت فى ساحة المحكمة تطلب الطلاق للضرر النفسى الواقع عليها لأنها لا تتحدث مع أحد وزوجها يشك فى كل تصرف وتقوم به فما كان من المحكمة إلا أن اجابت طلبها وطلقتها.

زوج أخر يفرط فى الثقة ويترك لها الحرية دون أى التزام تخرج فى أى وقت وتعود فى أى وقت وكثيرا ما تبيت خارج المنزل عند أسرتها وفى النهاية تكره هذه الحياة زاعمة أن هذا الرجل ضعيف الشخصية ولا يحبها وعليها أن تبحث عن آخر يقدر قيمتها ويحافظ عليها.

هذه الزوجة تشكو أن زوجها يوجه إليها الكلمات المؤلمة أمام الغرباء وأحيانا يسب أهلها بكلمات مهينة وأخرى تشكو أن زوجها دائما يحاول إثارتها بذكر امرأة

أخرى يمنحها أو أنه معجب بها دون مبالاة بشعور زوجته وللأسف نرى بعض الشباب يصيبه الغرور ولسان حاله يقول: (يا أرض اتهدى ما عليك أدى) ويطيح فى زوجته وكأنه لا مثيل له فى الوجود

نصيحة



إن حب الزوجة لزوجها يمكن بل من السهل أن يزول ويحل محله الكره إذا أساء التعامل معها وكثير من الرجال يعتقدون أن الزوجة إذا أنجبت تعتبر مقيدة بأولادها وإذا قسى عليها زوجها أو ظلمها لا تستطيع البعد عنه من أجل أولادها وهذا صحيح بالنسبة لبعض الزوجات والبعض الآخر منهن إذا ازادت القسوة سيهون عليها الأولاد.

لذا أيها الزوج إذا كنت تقسو على زوجتك فسوف تخسرها وتظل حياتك نادماً.. رجولتك.. شخصيتك الجذابة.. كل ذلك لن يكون له قيمة عندها إذا نفذ صبرها فحاول أيها الزوج ألا تبدد الخير الذى ارتضاه الله لك بعدم إلمامك بكيفية التعامل مع زوجتك.

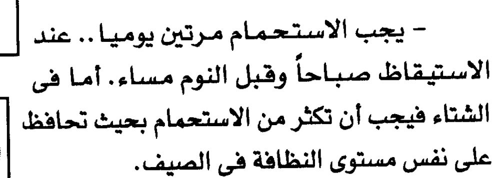
أما إذا كانت الزوجة سيئة التعامل فعليك أن تبدأ بمراجعة نفسك أولا (بصدق) هل العيب فيك؟

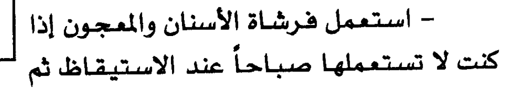
وكنت السبب فى معاملة زوجتك السيئة لك فقد تكون عندك صفة لا تحتملها زوجتك وتكرهها.

أما إذا اتضح بأنك لست مخطئا.. عند ذلك يمكنك أن تقوم بلفت نظرها دون اشراك أحد فطالما تقوم علاقتكما على الاحترام والتقدير ستزول بإذن الله كل العقبات ولابد أن تكون صبورا عليها بكل ما تستطيع.

كما أن مبدأ التسامح يمهد الطريق دائما لاستمرار السعادة الزوجية فعند نفاذ صبرك رغم كل المحاولات. يمكنك إشراك من عرفوا بقول الحق من الأقارب ولا تلجأ لمن يزيدون الطين البلة ويكثرون المشاكل لكن يجب على من يتدخل أن يقول ما يفيد ويصلح بعد تفهم المشكله بدقه فيواجهون المخطئ بخطئه وعليك أن تتقبل ما يوجه إليك من نقد بروح عالية طالما قبلت أن يحكم بينكما.

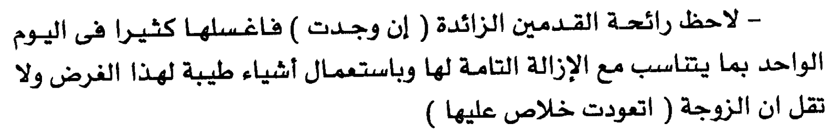
أيها الرجل





إهتم بنظافة أسنانك ونظافتك الشخصية والصحية عامة..

- يجب الاستحمام مرتين يوميا.. عند الاستيقاظ صباحاً وقبل النوم مساء. أما فى الشتاء فيجب أن تكثر من الاستحمام بحيث تحافظ على نفس مستوى النظافة فى الصيف.



- استعمل فرشاة الأسنان والمعجون إذا كنت لا تستعملها صباحاً عند الاستيقاظ ثم بعد الإفطار بعد الغداء وبعد العشاء مع الكشف على الفم عند الطبيب كل فترة.

- لاحظ رائحة القدمين الزائدة (إن وجدت) فاغسلها كثيرا فى اليوم الواحد بما يتناسب مع الإزالة التامة لها وباستعمال أشياء طيبة لهذا الغرض ولا تقل ان الزوجة (اتعودت خلاص عليها)

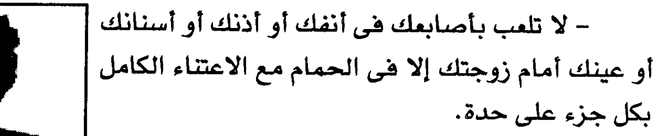
- اهتم جيدا بملاحظة تغير رائحة الفم فإنها من الأشياء التى لا يحس بها الانسان وينفر منها الطرف الآخر وهى إما أن تكون من إهمال الفم أو من فراغ المعدة من الطعام خاصة صباحاً من تأجيل تناول الطعام وإذا تناولنا الطعام تزول الرائحة وذلك بالنسبة للإنسان السليم.

تقول حواء..

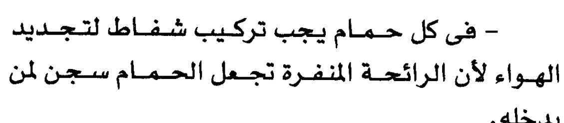
إن إهمال الرجل لتلك الأشياء يتفقد القدر الأكبر من إعجاب المرأة وغالباً

لن تصارحك لعدم احراجك وإذا طلبت منها قبله ستهرب منك والإنسان لا يشم رائحته لذلك عليك بالاهتمام الكامل بالنظافة.

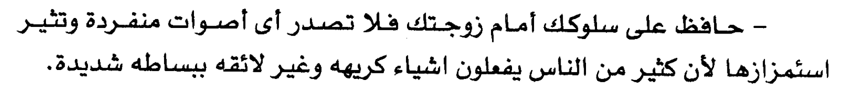
سرى وعاجل لسيادتك



- لا تلعب بأصابعك فى أنفك أو أذنك أو أسنانك أو عينك أمام زوجتك إلا فى الحمام مع الاعتناء الكامل بكل جزء على حدة.



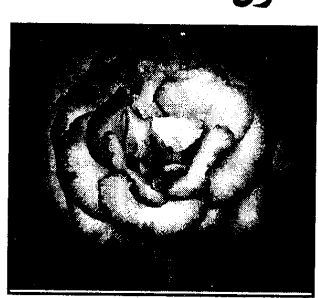
- فى كل حمام يجب تركيب شفاط لتجديد الهواء لأن الرائحة المنفرة تجعل الحمام سجن لمن يدخله.



- حافظ على سلوكك أمام زوجتك فلا تصدر أى أصوات منفردة وتثير اسئمزازها لأن كثير من الناس يفعلون اشياء كريهه وغير لائقه ببساطه شديدة.

- إذا كنت بدينا اخفض وزنك من أجل زوجتك وسر بنظام غذائى منتظم والتزم بعدم الاكثار من الطعام مهما كانت درجة الحب والتعود بينك وبين زوجتك لا تهمل نظافتك فإن أهم سر من أسرار حواء هى أن ترى زوجها فى منتهى النظافة حليق الذقن والشعر واضعا أحلى العطور التى تحبها.. إن ذلك يجعلها تحبك حتى آخر حياتكما الزوجية وتظل تبكى عليك حتى بعد رحيلك قائلة "مش هاشوف حد أبداً فى نظافته ولا فى شياكته ولا فى حنانه.

الحنين إلى الحب الأول



يتزوج الرجل ويعيش فى سعادة مع زوجتة الشابة الجميلة ويعتادها ويأنس إليها وإلى مسامرتها لكنه فى بعض الأحيان يشعر بالحنين إلى التغير وقضاء الفترات المسائيه مع الأصدقاء القدامى تاركين بيت الزوجية والزوجه بمفردها.. هذه الظاهرة كثيرة الحدوث وهى فى

بدايتها تكون عادية لكن مع الوقت تحدث معها المشاكل جالبة كل المصائب فالزوج حين يعتاد السهر مع أصدقائه المتزوجين وغير المتزوجين يتحدثون فى أحاديث شتى عن النساء والزواج والمميزات والمساوئ مما يجعل الرجل يضع زوجته فى موضع مقارنه مع زوجات أصدقاء ويطالبها بأن تكون مثلهن والزوجة بدورها حين تشعر بوقتها الخاوى تستمع بصحبة جاراتها وبالأحاديث التليفونيه القريبة والبعيدة وعندما تبدأ معاناتها مع الزوج ومشكلاته وسهراته التى لا تنتهى إلا فى الساعات الأولى من الصباح وقد يتعلم شرب المخدرات معتقداً أنها تزيد من رجولته فيبدأ التباعد فى الأفكار وتبدأ المشاحنات التى لا تنتهى..



وعند هذه النقطه يشعر الزوج أنه أخطأ فى اختيار الزوجة وتشعر الزوجة بأنها اساءت الاختيار لهذا الزوج وتبدأ الزوجة الاتصال أو الاستجابة لاتصال الحبيب القديم لاستعادة الذكريات والندم على ما هو آت أما الزوج فأنه سرعان ما يهرب عند أمه التى سرعان ما تبحث له عن زوجة من اختيارها هى بدلاً من تلك التى اختارها لنفسه.

وقد تنتهى المشكلة بالزواج من أخرى وقد تبدأ فى المحاكم ولا تنتهى بداية جديدة من هنا يجب أن يضع الزوج فى حساباته أن زوجته أصبحت شريكاً له فى كل شىء وإن كان لابد من الخروج فلتكن هى معه وألا يكثر من هذا الخروج حتى تعتاده يجب أن تكون عاداتهما مشتركة وهو اياتهما واحدة واهدفهما محددة.

إن عقل الإنسان وتفكيره كفيل أن يرسم له حياة مثاليه قوامها الحب والتفاهم وأن مشاركة عقول الآخرين لن تجلب له سوى المشاكل والهموم، إن الرجل الذى يبحث عن الأصدقاء يشعر بأنه بأن إطمأن أن الزوجة موجودة لديهم والاشباع العاطفى قد نالوه فلماذا لا يبحثو عن الأصدقاء.

إن مراعاة شعور واحاسيس الزوجة أمر لا يجب الاستهانه به فكل من يأمل زواجا دائما عليه أن يعيد النظر فى سلوكه هذا حتى لا يغير الحب فإذا فتر الحب لن يتحقق الزواج السعيد الدائم أما لقاء الزوج بأصدقائه المقربين وهم من المؤكد قليلون ينبغى أن يكون فى أضيق الحدود وبما لا يتعدى حقوق الزوجة.

إهتمى بنظافتك الشخصية.. أنتِ أيضاِ من بين مبادىء المحافظة على الزوج.

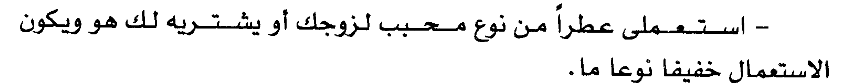
- استعملى فرشاة الأسنان والمعجون إذا كنت لا تستعملينهما صباحاً عند الاستيقاظ ثم بعد الإفطار وبعد الغداء وبعد العشاء مع الكشف على الفم عند الطبيب كل فترة

- إهتمى جداً بملاحظة تغير رائحة الفم فإنها من الأشياء التى لا يحس بها الإنسان وينفر منها الطرف الآخر وهى إما تكون من إهمال الفم أو من فراغ فى المعدة.



- عند طهى الطعام حاولى لبس قفازات خاصة لذلك للمحافظة على يديك وعدم تلوثهما برائحة الثوم والبصل والسمك وخلافه لأنها لا تزول بمجرد غسلها كذلك لا تطيلى أظافرك كثيرا لأنها تختزن فضلات وقومى بتنظيفها باستمرار إن ذلك من النظافة المطلوبة لثقة من فى البيت بك.

- لا تضعى أى ملابس لك غير نظيفة على مرأى من زوجك حتى لو قليلة الاتساخ.



- استعملى عطراً من نوع محبب لزوجك أو يشتريه لك هو ويكون الاستعمال خفيفا نوعا ما.

هذا الموضوع يجب أن نتحدث فيه بصراحة شديدة ففى أحيان كثيرة تسأل

الزوجه نفسها لماذا تغيرت معاملة زوجى إلى الأسوأ .. وبالتاكيد يكون السبب أشياء ظهرت فى زوجته لا يحبها وينفر منها ولذلك فإن اهتمامك بنفسك دائما وبنظافتك وأناقتك والتعامل الحسن معه ومراجعته نفسك دائما بأن تكونى مثالية فى كل شىء بكل ما تستطيعين فالرجل يتزوج ناشدا النصف الجميل ودائما فى خياله كل شىء جميل فى زوجته ويجب ألا يرى فيها إلا كل جميل.

همسة إلى المرأة الأرملة

إلى كل امرأة مات عنها زوجها وترك لها ميراثا من الأبناء إن أفضل عون يمكن أن يقدم إلى الأرملة فهو الآتى:

التفكير فى أن مهمتها هى أن تظل متطلعة إلى المستقبل بكل نشاط وقوة لأنها بهذه الطريقه وحدها تستطيع أن تبقى بين أبنائها حتى رغم عدم وجود أبيهم الذى افتقدوه وكثيرا ما يحدث أن تغرق الأم نفسها فى آلامها كأنها ملجأها الأمين رافضة أية فرصة للترويح ولو قليلا عما بها بل رافضة العودة للاتصال بالحياة وفى الماضى كانت الزوجات يدفن أنفسهم إلى جانب أزواجهن لدى وفاتهم واليوم توجد بعض الأمهات اللاتى يفعلن مثل ذلك فى معناه السيكولوجى فهن يعتز لن الحياة مدفوعات باخلاصهن إلى حد إلغاء وجودهن بوصفهن كائنات حية وذلك بالانغماس فى اللامبالاة والوحدة وهؤلاء يتسببن بهذا السلوك فى ترك أبنائهن وحدهم محرومين من الأب والأم على السواء.

وإذا لاحظت الأم شيئا من عدم الالتزام به من جانب أبنائها أو انصرافاً مؤقتا منهم عن التفكير فيما حدث يجب ألا تشعر بصدمة مؤلمة بوصف هذا السلوك عدم إخلاص وعدم حب إنه من العدل أن تظل ذكرى من نفقدهم تعيش بيننا أطول فترة ممكنة وهو أيضا شىء جميل إلا أن الأجمل من أن تبقى هذه الذكرى كشىء يتسم بالحياة وليس شيئا يذكر بالموت. وينبغى ألا يكون لدى الأبناء انطباع بأنه لم يعد مسموحاً لهم بأن تكون حياتهم مماثلة لحياة الآخرين ولا يجب أن يشعروا بأنهم مرتبطون إلى الأبد (بحزن لاعزاء له ولا فكاك منه)

الأم تحل محل الأب



عندما يتوفى الأب تشعر الأم بأن مسئوليتها أصبحت مزدوجة فهى تتحمل بمسئوليتها الخاصة وبمسئولية الفقيد ويحدث فى بعض الأحيان أن يتسبب هذا العبء الجسيم فى تغيير طبيعية الأم ذلك أن المرأة كما خلقتها الطبيعة ؟؟؟ عطوفة ولكنها مع العبء الجديد تصبح جافة متحكمة متباعدة تتخذ فى جميع الأحوال أسلوبا جاداً.

ويتوقف هذا التغيير فى الغالب على ضرورة اتخاذ قرارات هامة فى مجالات كانت من قبل اختصاص الزوج (كتربية الأبناء الذكور وتوجيههم الدراسى والمهنى) إن ذلك يملأ الأم بالرعب والفزع فتحاول أن تغطى تصرفاتها التى يشوبها هذا الفزع بالتحكم والسيطرة وحتى هذا السلوك فإنه أمر مفهوم إلا أنه لا يؤدى إلى نتائج طيبة ومن الأفضل أن تستمر الأم كما كانت من قبل. ملؤها العطف والحنان ذلك أن الأبناء فى حاجة إليها كأم فليس من العدل فى شىء أن يحرمهم فقدان ابيهم حتى من تلك العاطفة الخاصة التى لا تصدر إلا من الأم وحدها. ومن الطبيعى أن تكون الأرملة فى حاجة إلى أناس متخصصين يعاونونها فى مهمة التربيه والتعليم وإذا تشعر أنها ليست كفئا لهذا العبء وفى هذا الشأن قد تلجأ إلى شخص حكيم متزن يكون على صلة بالأسرة أو إلى مدرس أو إلى إحدى مدارس الأباء إذا وجدت هذه المدرسة التى تعيش فيها.

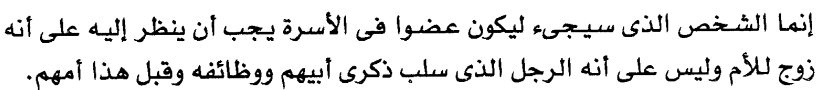
إن مسئولية الأسرة ليست بالأمر الهين فهناك الكثير من التضحيات التى تقوم بها الأرملة الباسلة لمصلحة أبنائها إلا أن من واجبها الا تكون شهيدة لأبنائها إذ لا يجب أن تضحى فى سبيلهم بكل مصالحها وبكل حقوقها وبكل متعها المشروعة. ويقابل المرء فى بعض الأحيان أرامل يقتلن أنفسهم فى العمل لكى يتمكن من أن يتحن لأبنائهن نفس مستوى الحياة التى كانت لهم إعتماداً على أبيهم ولا يقتصر ذلك على مجرد إمكان استمرارهم فى الدراسة بل لكى يستمروا فى أمور مكلفة لا داعى لها وأن يسايروا أصدقاء أعلى من مستواهم الاجتماعى.

إن هذا التصرف من الأم غاية فى الكرم ولكنه ليس من العدل ولا من الحق فى شىء فإذا كان الأبناء من النضج بما فيه الكفاية يغدو من الأفضل أن تحيطهم الأم بغير اصطناع جو مأساوى بحقيق ما يحدث وتشرح لهم وضعهم الجديد وتدرسه معهم بحيث يتآزر الجميع لإيجاد الحل الأمثل لتوجيه حياتهم الجديدة وقد تكون هذه الحياة مختلفة بعض الشىء إلا أنها ستكون حياة قائمة على العدل لأن كل فرد فى الأسرة سوف يتحمل بنصيب من المسئولية بغير ما به إلى شهداء أو ضحايا.

هل تتزوج الأم مرة أخرى؟

إذا كانت الأرملة لا تزال شابة فقد تسنح لها فرصة الالتقاء بشخص جديد قد يصلح زوجا لها ولا يجب أن تشعر الأم بأنها مذنبه إذا حدث ذلك.

ولقد تتعقد المسألة فى نظر الأبناء إذا تساءلت الأم عما إذا كان من حقها أن تفرض عليهم أباً جديداً أما إذا كان حقهم هم أن يفرضوا عليها ترك ذلك والواقع أن المسألة ليست فى أنها "تفرض" على الأبناء "أبا جديدا" فتصوير الأمر هكذا يكون خاطئا



إنما الشخص الذى سيجىء ليكون عضوا فى الأسرة يجب أن ينظر إليه على أنه زوج للأم وليس على أنه الرجل الذى سلب ذكرى أبيهم ووظائفه وقبل هذا أمهم.

وهذه الأم لا ينبغى لها أن تزعم من أول لحظة أن زوجها الجديد هو "الأب" بالنسبة لأبنائها لأنها إذا فعلت ذلك جلبت بكل تأكيد عدائهم. إنما عليها أن توضح لهم أن العاطفة الجديدة يمكن أن تعيش جنبا إلى جنب مع ذكرى زوجها الأول فى نفسها أما التساؤل عما إذا كان هذا الشخص يستطيع فى المستقبل أولا يستطيع تحمل مسئولية الأب فى نظر أبناء زوجته فذلك مرتهن بعلاقة الأبوة التى تنشأ تلقائيا بينه وبينهم ومهما يكن من أمر فإن الأبناء كائنة ما كانت أعمارهم يجب أن يكونوا على ثقة من أن شيئا لا يمكن أن يفرض عليهم ومن أن

شيئا لا يمكن أن ينتزع منهم. وهذه النقطه الثانية غاية فى الأهمية إذ لا يجب على الأم أن تنساق مع حبها الجديد إلى الدرجة التى تهمل فيها أبنائها إن هذا الإهمال سوف بشكل فى نفسية الأبناء خطرا ما بعده خطر وقد تكون بداية لمشاكل جسيمة تؤدى بهم إلى حد العنف والتهور بالكلمات وأحيانا بالضرب لو كانت تركة الزوج أبناء ذكور فعليها اتخاذ الحذر.

المراهقة والجمال والخجل



مما لاشك فيه أن الجمال يلعب دوراً هاماً فى حياة المرأة منذ أن كانت طفلة إلى أن دخلت فى طور المراهقة. ومن المستطاع التعرف على الدور الهام الذى يلعب الجمال فى أزمة المراهقة إذا ما تابعنا عن كثب الفتاة المراهقة عبر بعض المراحل البارزة التى تحدث فى العادة بين الثالثه عشره والرابعة عشرة وحتى سن العشرين.

ومرحلة الخجل تعد بداية أزمة المراهقة وهى مرحلة لابد أن يمر بها الجميع دون استثناء لدرجة أن يقال عن الفتاة البالغة التى تتصرف بخجل أنها تشبه المراهقة.. هذا والتعليق الأكثر شيوعاً لحالة الخجل التى تعانى منها المراهقات والذى يرجع ذلك على عدم الخبرة وعلى هذا يسود اعتقاد بأن الفتاة عندما تفاجأ بنضجها وحدوث تغيرات فى جسمها وعندما تبدأ فى ملاحظة وإدراك مثل هذه التغيرات تنتابها لأول وهلة حالة من الشعور بالحيره والارتياب وبالتالى تحاول تفادى كل لقاء قد يضعها فى مواقف صعبة. وهذا لا يعنى أن مثل هذا التعليل غير دقيق تماما ولكن من الواضح أنه ليس من الممكن تعليل أى موقف طفولى بعدم الخبرة فحسب ذلك لأن عدم الخبرة هو الأمر الوحيد الذى يعرفه المراهق أو المراهقه جيدا وبالتالى يكتسب الخبرة منه لأن كل موقف يتعرض له أى منها يعد موقفا جديدا يتحتم مواجهته ويتوقف خجل المراهقات أكثر من أى شىء آخر على بعض المخاوف ومنها المخاوف الملموسة التى يشعر بها الشخص وأيضا غير المعروفة التى تكمن فى اللاشعور. ومن النوع الأول

من المخاوف نذكر تلك التى تتكون لدى الطفلة من المجتمع الذى نشأت فيه أو التربية التى شبت عليها كالخوف من الأمراض ومن الشىء الذى قد لا يسير على ما يرام والخوف من المجهول والخوف من الممنوع ومن الصمت وهكذا .. إلخ.



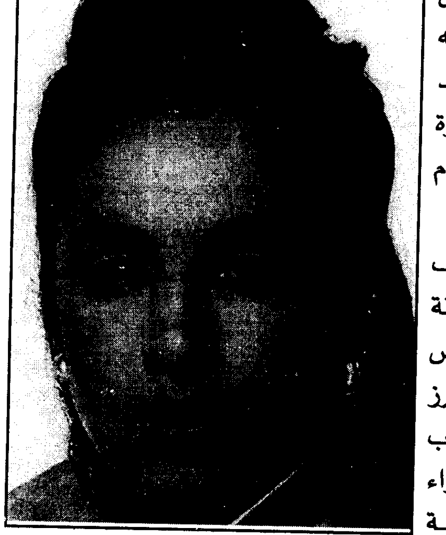
ولابد أن تنتظر من الفتيات الصغيرات فى أول مراحل نضجهن على الحياة وعلى الجنس ارتياب خطير فى محاولة منهن للتوفيق ما بين المفاهيم التى يتلقونها والحقيقه التى تبدو غير واضحة وغير مؤكدة والتى على وشك التكشف والانبلاج أمام أعينهن. وأكثر من هذا فإن الفتاة التى تصل إلى أعتاب المراهقة تشعر دائما بحاجتها إلى المساعدة والتشجيع والتعويض فى كل اكتشاف أو انتصار تنجح فى التوصل إليه بينما لا تقدم لها البيئة العون المعتاد اللازم فيما يتصل بالجنس ولكنها تخلق أمامها صعوبات وعراقيل لا حصر لها وتحيطها بسلسلة من الغموض والاحساس بالخطر.

ومن ثم يصبح الجمال كهبة غاية فى الخطورة فالجمال يفتح آفاقا وسبلا كثيرة ويثير اهتمامات كبيرة ويفضى إلى نوع جديد وجتول من العلاقه بين الأشخاص غير أنه يبدو أن كافة هذه المكاسب التى يحققها الجمال تصطدم وقواعد السلوك التى يفر منها المجتمع ويعضدها الوالدان.

وإلى هذه المخاوف المحسوسة تضاف أيضا تلك المخاوف التى تكمن فى اللاشعور والتى هى أكثر ثقلا إذ تدرك المراهقة أن تأكيد الذات هو المطلب الأبدى لإبراز شخصيتها كإنسان والتى يمكن أن تتأتى فى سن ما عن طريق استخدام أساليب كانت مجهولة بالنسبة لها حتى تلك اللحظة بينما تنتسب إلى البالغات. ولقد تعودت الطفلة أن تثير الاهتمام إذا ما كان فى استطاعتها أن تظهر لعبة أو فستانا أجمل مما لدى الأخريات ممن هن فى نفس عمرها.

أما الفتاة التى تلفت الانتباه تكون مقتنعة بإثارة الاهتمام - وهو اهتمام من

نوع جديد فقط عن طريق مظهرها والعناية بنفسها. إن اكتشاف الفتاة الجميلة لجمالها وقوة جاذبيتها يثير لصورة لا يمكن تفاديها مشكلة قربها عن غاية تشعر فى قراءة نفسها أنها ليست معدة لها لدرجة أن جاذبيتها تصبح بمثابة مصدر فزع ورعب بالنسبة لها. وسرعان ما تدرك المراهقة أنها على وشك أن تصبح امرأة كأنها ويبدو لها أن أمها لا ترضى بهذا التطور والنمو، وأنها على العكس من ذلك تبحث عما يعرقل مثل هذا النمو ولا تعرف المراهقة كما أنها لا تتخيل أن مثل هذا الاحساس لا ينبع من عداء ما من جانب الأم نحو تفتح أنوثه ابنتها ولكن من مجموعة متضاربه من المشاعر التى تزعج الأم كما تزعج الابنة أيضا فمن ناحية هناك تفاخر وكبرياء الأم بينما يوجد من الناحية الأخرى تخوف شديد من أن يصبح جمال الإبنه عنصرا خطيرا.



وفيما يتعلق بالمراهقات اللائى يعتقدون أنهن أقل خظا من ناحيه جمالهن فإن شعورهن بالخجل قد تكون له مظاهر وأعراض أكثر خطورة ومنها الصمت والسلبية والاستسلام والهدوء لأفراد الأسرة.

وعلى أن أسباب هذه المواقف يمكن التعرف عليها من خلال المقارنة المستمرة مع من هن فى نفس أعمارهن ولكنهن أكثر جمالاً إذ يبرز ذلك من خلال محاولة الهرب والانطواء على النفس ومن تجنب آراء الآخرين وبين الخوف من مواجهة الإهانات وفى النهايه من نوع العداء نحو الأم التى تعتقد المراهقة أنها " المسئولة " عن افتقادها للجاذبيه والجمال.

ومن الطبيعى أن كل فتاة فى سن المراهقة تصبح مجنونة بسبب الملابس إنها

تقرأ مجلات الموضة وتتفرج على واجهات المحال التجارية وتشاهد عروض الأزياء فى السينما أو التليفزيون وبعدها تصبح " مجنونه "

إنها تريد أن تشترى كل ما تراه وتريد أن تلبس كل ما تشاهده إنها تحلم بأن تملأ دولابها بجميع هذه الثياب وتلفت الأنظار إليها وهذا خطأ فجمال المراهقة يكمن فى براءتها وعليها أن تظل تتعلم الحياة من حولها من بعيد وألا تزج بنفسها فى تجارب لن تزيدها إلا آلا ماً نفسية مبرحه.

وليس من الضرورى أن تكون فساتينك غالية وإنما يكفى أن تكون جميلة ومتناسقة يكفى أن ينبع جمالك من داخلك فتكونى جميله الجميلات.

أنسب موعد للزفاف



تهمس حواء الأنثى المخطوبة سائلة ما هو أنسب موعد للزفاف؟ وهل يمكن أن يحدث الحمل فى أول لقاء بالزواج؟.

أولاً نبدأ بتحديد موعد الزفاف..

إن أنسب موعد للزفاف هو بعد انتهاء الدورة الشهريه مباشرة ففى خلال حوالى اسبوع بعد نهاية الدورة يمكن أن يتم لقاء العروسين فى دون خوف من حدوث حمل إن كان بعض الحكماء ينصحون أن يكون الزفاف فى آخر الدورة وهكذا يكون هناك المنع الإجبارى لتأجيل اللقاء الأول بين العروسين فى الليلة الأولى من الزواج وخلال اليوم الأخر أو اليومين الآخرين من الدورة يمكن أن تزداد الألفه بين العروسين وتتحطم الحواجز بينهما ويكون اللقاء الكامل فى اليوم الثالث وكل منهما مطمئن ومستريح.

نعود الآن إلى ما نسميه فترة الأمان أو بعبارة أخرى هذه الفترة التى يتم فيها لقاء الزوجين دون خوف من حدوث الحمل ودون استعمال لأى وسيلة من وسائل منع الحمل .

إن هذه الفترة يمكن تحديدها بسهولة إنها أسبوع بعد نهاية الدورة الشهرية واسبوع قبل ميعاد وصول الدورة الشهرية وفيما عدا ذلك فإن احتمال حدوث الحمل موجود ومما يساعد على نجاح الاستفادة جدا من فكرة فترة الأمان هو أن تحرص الفتاة على تسجيل موعد وصول الدورة لعدة مرات قبل الزواج وكذلك ميعاد انتهاء نزول الدورة وهكذا يمكن للفتاة التى تحدث عندها الدورة بانتظام أن تحدد بدقة فترة الأمان التى تلتقى خلالها بالزواج بلا خوف من حدوث حمل ثم تبدأ بعد ذلك فى الكلام عن شىء مألوف آخر هو استعمال أقراص منع الحمل.

أما إجابة السؤال الذى يقول هل يحدث الحمل مع أول لقاء بالزوج والرد نعم هذا ممكن وتصاب الفتاة بالذهول وهى تتصور نفسها وهى حامل من الشهر الأول بل على الأصح من اليوم الأول إذن متى يمكن أن تسعد بالخروج وتستمتع بالسهر وبالسفر وبكل مباهج الحياة التى تتطلب الحركة والانطلاق وهكذا يصل التفكير إلى هذا القرار: يجب منع حدوث الحمل وسبق أن أجبنا عن هذا السؤال.

الأقراص قبل الزواج

هل من الممكن أن استخدم أقراص منع الحمل قبل الزواج؟ هناك الفتاة التى تحرص على استعمال أقراص منع الحمل فى شهر الزفاف لأول مرة وهذا خطأ كبير فإن استعمال أقراص منع الحمل لأول مرة قد يكون سببا فى احتمال حدوث نزف بسيط جدا واحساس بالقرف وغممان فى النفس وهذا بالطبع يؤدى إلى حدوث توتر نفسى فى خلال شهر العسل وبدون شك يكون ذلك سببا فى الحد من الاستمتاع بهذا الشهر الذى لا يتكرر فى حياة الفتاة وهكذا يحدث ما قد يحدث ثم يصل شهر العسل وقد استقرت الأمور تماما وهكذا يكون شهر العسل بلا متاعب ثم نصل إلى هذا السؤال الهام كيف يمكن أن تحدد الفتاة ما إذا كانت تستعمل أقراص منع الحمل أولا تستعملها؟والرد يتلخص فيما يلى:

إذا كانت الدورة الشهريه عند الفتاة منتظمة ولم تكن هناك أى اضطرابات فى موعد الوصول للدورة ولم تشكو الفتاة من انقطاعها ولم تكن هناك اضطرابات قد حدثت فى محيط أسرتها مثل عدم الإنجاب لفترة طويلة.. أو تأخرت فى تاريخ البلوغ إذا كان كل شىء منتظما وعاديا فإنه من الممكن استعمال أقراص منع الحمل. أما إذا كانت هناك أية اضطرابات فالأحسن عدم استعمال الأقراص والبحث عن وسيلة أخرى.. مناسبة لمنع الحمل ولا مانع من الاتجاه نحو الأقراص تحت إشراف طبى بعد انجاب الطفل الأول وهكذا يستطيع الطب أن يحدد ما إذا كان من المناسب استعمال الأقراص أم لا وفى هذا المجال يجب أن نعرف أنه يمكن استعمال الأقراص لمدة سنتين بعد الزواج بلا خوف من حدوث مضاعفات ومن المستحسن عدم الاستمرار فى استعمال الأقراص لمدة أطول من سنتين قبل حدوث الحمل الأول.

اللولب وأشياء أخرى

هل يمكن استعمال اللولب بعد الزواج مباشرة؟

والرد نعم على أساس تمضية الشهر الأول من الزواج شهر العسل باستخدام وسائل أخرى فالزواج يمكن أن يتم بعد انتهاء الدورة وهكذا يستمر اللقاء خلال فترة الأمان بلا استعمال لأى وسيلة أخرى ثم يستعمل الزوج الحاجز الواقى حتى تمر الفترة التى يمكن أن يحدث خلالها الحمل ثم يستعمل الزوج الحاجز الواقى حتى تمر الفترة التى يمكن وضع اللولب.. بلا خوف من حدوث الحمل وكذلك هناك وسائل موضعية تستعمل قبل اللقاء مباشرة مثل القرص والمرهم ولكن يبقى السؤال هل تستطيع العروس الحديثه العهد بالحياة الزوجيه أن تستعمل هذه الوسائل كما يجب فى تصور العديد أن الخجل قد يمنع العروس من استعمال هذه الوسائل كما يجب. وهكذا يظهر إحتمال حدوث الحمل والآن نعود مرة أخرى إلى ضرورة إتمام هذه الزيارة التى تقوم بها الفتاة لطبيب أمراض النساء قبل الزواج.

المرأة والهرمونات

لدى المرأة من الاستروجين خمسة أضعاف مما لدى الرجل وعشرة أضعاف من البروجسترون ١ / ١٠ من التستسترون . إن الاستروجين الذى يهيىء الجسد للأمومة وهو جيد للشرايين ويحرص الكبد لانتاج ليبوبروتينات عاليه الكثافة والتى تساعد الجسم على التخلص من المواد الدسمة بكفاءة أكثر ويخفف من تركيب الكولستيرول.

- يمكن الاستروجين المرأة من العيش أطول من الرجل ما بين ٤- ١٠ سنوات لأنه يحمى من أمراض القلب حتى انقطاع الدورة الشهرية.

- لدى المرأة حاسة شم أقوى من الرجل وذلك عائد للمستوى الأعلى للاستروجين.

- يكون شعور العديد من النساء أكثر حيوية وبهجة وتفاعلا عندما يكون منسوب الاستروجين فى ذروته خلال النصف الأول للدورة الشهرية وعلى العكس يكون شعورها منقبضا ومتعبا عندما يكون البروجسترون فى ذروته النصف الثانى من الدورة .

- يساعد الاستروجين العظام فى الحفاظ على الكالسيوم كما تعتقد أن انخفاضه لدى انقطاع الدورة الشهريه هو العامل الريئسى فى تطور (الأسيتو بورسيز).

المرأة ذات التستسترون المرتفع

هناك دراسة تؤكد أن النساء اللاتى لديهن نسبة من التستسترون أعلى من الطبيعى ينجزن للأعمال التى تتطلب منافسة كما أنهن جنسيا أكثر نشاطا ويستمتعن بالجنس أكثر من النساء ذوات المنسوب المعتدل علاوة على ذلك فهن يعانين من المشكلات فى علاقاتهن الرومانسية مع الرجال واحتمال زواجهن يكون أقل.

المرأة والعين

هذه بعض الاكتشافات من كتاب شيرلى ويدز:

- تتخرظ المرأة فى الاتصال بالعين أكثر من الرجل فهى أكثر حساسية للمناورات العاطفيه للناس من الرجل لذا تنشغل بالمراقبه العينية بشكل أكثر.



- إن المراقبة بالعين قد تكون مؤشراً للسيطرة أو الحميمية فيبدو الرجل بأن يفسر الاتصال المبدئى للعين من قبل الآخرين بطريقة عدائية بينما التحديق المباشر بين النساء فغالبا ما يدل على حميمية أكبر.

حركة اليد

- إن إيماءات المرأة أسرع من الرجل لكن وعلى عكس الاعتقاد الشائع فالرجل يتحدث بيديه كالمرأة لما ورد (فى علم النفس اليوم)

المرأة تعيش أطول

توقعات الحياة : إن المعدل الوسطى المتوقع للمرأة البيضاء أن تعيشه هو ٧٨ من العمر والمرأة السوداء ٧٣ عاما والرجل الأبيض ٧٢ أما الرجل الأسود ٦٤ عاما كما جاء فى تقرير الاحصاءات العالمية.

- الاحصاء يدل على أن ثلث الفجوة فى طول العمر يمكن أن يرجع إلى طريقة الرجال فى التصرف فالرجال يدخنون أكثر من النساء ويشربون أكثر

ويجازفون أكثر كما يتعرض الرجال للقتل (غالبا من قبل رجال آخرين) بنسبة ثلاث مرات أكثر من النساء علاوة على ذلك فهم ينتحرون أكثر من النساء بمعدل ضعفين إلى ثلاثه أضعاف - فائدة الاستروجين : يعانى رجل من بين خمسة من أزمة قلبية فى عمر ال٦٠ سنة مقارنة مع امرأة من بين ١٧ من النساء وذلك تبعا لأحدث الاحصائيات العلمية المرأة تتمتع بحصان ضد أمراض القلب حتى انقطاع الدورة الشهرية بسبب المستوى المرتفع للاستروجين حيث يستنتج البحث بأن سن البلوغ يكون للأولاد والبنات نفس المستوى الكوليسترول لكن عندما يبدأ الأولاد مرحلة المراهقة ويزداد التسيرسترون فإن مستوى الكوليسترول يغوص بينما لدى الفتيات يبقى معدل الـ H d L ثابتا حيث تتمتع المرأة بتلك الفائدة طوال حياتها.

- تغيرات الدماغ : يفقد الرجال إمكانياتهم الشفوية بشكل أسرع من المرأة بضعفين أو ثلاثه أضعاف مع تقدم العمر. فالهرمونات الأنثويه تحمى الدماغ وذلك تبعا لدراسة قام بها باحثون من جامعة بنسلفانيا إضافة إلى أن حجم ال (كوربس كولوزيوم) لدى الرجل يصغر مع تقدم العمر بينما لا يتم ذلك بالنسبة للمرأة.

سماع اسرار الناس



إن الخوض فى سير الآخرين له معان وأغراض مختلفة بالنسبة للمرأة والرجل.. وعموما كل من النساء والرجال يخوضون فى السير السيئة فى حياة الآخرين بشكل مختلف والخوض فى سير الناس هى لعبة بالنسبة للرجل هدفها تسجيل نقاط فى اللعب وللنساء هى لعبة أخلاقية تسمح لممثلى الفضيلة بتقويم الأمور أيضا الثرثرة هى أسلوب النساء للتقارب والانخراط مع حياة الآخرين إنها بمثابة صمام تنفيث للاستياء والمشكلات

وطريقة لجمع المعلومات . ما هو معظم ما تناقشه النساء؟الرجال ! إن أحد الاختلافات الهامة فى ثرثرة النساء والرجال هى أن الرجال قلما يتحدثون عن زوجاتهم بينما الأزواج هم الموضوع الدائم بين النساء.

إن الحديث عن الرجال هو تقليد نسائى تاريخى وستسمارسه المرأة سواء أحب الرجل ذلك أم لا.

عندما يثرثر الرجال فعادة ليس حول الحياة الخاصة للناس فنادرًا ما يثرثرون حول صحة الناس الطلاق. الأولاد إنما علاقات العمل إنهم يفتشون عن الأسرار الصغيرة ويخلقون منها الاشاعات الكبيرة التى كثير ما تخرب البيوت.

يتفاخر الرجال بأن يكونوا متحفظين بينما النساء لديهن نوع من المزاج عندما تفشى احداهن أسرار الأخرى العميقة ويا حبذا لو كان هذا السر يقترب من الفضيحة، والسر لدى المرأة ليس سراً عندما تجلس وبين يديها التليفون لتتصل بالصديقه تلو الأخرى محدثه إياها قائلة - عندى لك خبر ولا بمليون جنيه مما يزيد فضول الصديقه الأخرى.. استنى لما نقول لصديقتنا فلانة. وبالمرة علانة لأنهن لو علمن إنك تبخلين عليهن سوف تصبح مشكلة وهكذا يصبح السر فى لحظة واحدة بسبب أحدث الاكتشافات العلمية للاتصالات ألا وهو المحمول يصبح هذا السر فضيحة وخبرا تتناقله وكالات الأنباء النسائية.

أيتها النساء رحمة بأسراركن والرجاء التمسك بفضيلة عدم النميمة لأن النميمة أحد الأمراض المشينة التى تصيب المجتمع.

حتى لا تؤثر وسائل منع الحمل على صحتك وجمالك

حديثات الزواج : لا يداو من على استعمال الحبوب وفى حالات الاكتئاب والصداع وارتفاع ضغط الدم يفضل عدم استعمالاتها.

ما هى احتمالات الحمل عند استعمال الزوجة اللولب والأقراص الموضعية والعجلة المطاطه؟

هذه الوسائل تصل فاعليتها إلى أكثر من تسعين فى المائة ولا تؤثر على الصحة والجمال ولكنها للأسف غير متوفرة عندنا - لماذا؟

مطلوب منك وأنت تختارين وسيلة الحمل المناسبة أن تفكرى فى صحتك وجمالك ومن هنا يجب أن تدققى فى الاختيار لتصلى فى النهاية إلى غرضك المنشود حتى لا تحدث لك مضاعفات أو أضرار أنت فى غنى عنها وهذا هو دليلك العلمى فى الاختيار ليكون لك فى النهاية الصحة والجمال والراحة النفسية.

تقضى الأمانة العلمية أن نعلن أنه حتى يومنا هذا لم يصل الطب إلى الوسيلة المثالية لمنع الحمل فكل الوسائل المتاحة لها بعض الميزات وبعض العيوب وعند اختيار احدى الوسائل يجب توضيح ذلك للسيدات اللاتى يستعملنها فضلا عن أن الظروف الاجتماعية لبلد ما تختلف اختلافا كليا عنها فى بلد آخر وعلى سبيل المثال بالرغم من أن أقراص منع الحمل هى أكثر الوسائل فاعلية إلا أن استعمالها كما يحدث حاليا فى بلد نام أبعد ما يكون عن توقع السلامة لها فهذه الأقراص تحتوى على مداد فعالة لها تأثير مباشر على كل جهاز من أجهزة الجسم وما لم يتم فحص شامل للمرأة قبل استعمالها مع اجراء تحاليل دورية للمواظبات عليها وإلا فنحن نجنى عليهن.

والوسائل المتاحة لمنع الحمل طبقا لمدى الاقبال عليها وفعاليتها هى كالآتى:

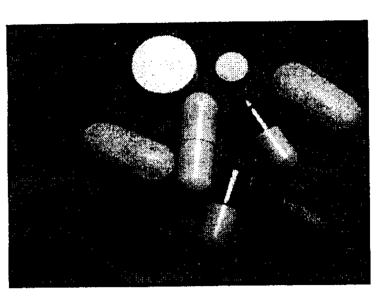
أولا الأقراص: يحدث الحمل مع استعمالها بنسبة ١٪.

ثانيا اللولب: ويحدث الحمل مع استعمالها بنسبة حوالى ٢٪.

ثالثا الأقراص الموضعية: ويحدث الحمل مع استعمالها بنسبة ٣٪

رابعا :العجلة المطاطية النسائية والغلاف الذكرى الواقى.

خامسا: فترة الأمان



والطريقه الأخيرة رغم قلة فعاليتها فإنها تحتاج إلى نوعيه خاصة بين مستعمليها فهى تتطلب قياس درجة الحرارة يوميا كل صباح فعند خروج البويضة تنخفض درجة الحرارة بعض كسور الدرجة لترتفع فى اليوم الثانى ولذلك يجب تجنب المعاشرة لمدة ثلاثة أيام منذ خروج البويضة فضلا عن أى ارتفاع فى درجة الحرارة نتيجة برد على سبيل المثال يجعل هذه الوسيلة غير عملية على الإطلاق وسنورد فيما نبذة مختصرة عن كل وسيلة من هذه الوسائل المستخدمة لمنع الحمل.

الأقراص: تمنع الحمل بوقف خروج البويضة فضلا عن أنها تحدث تغيرا فى نوعية السوائل التى يفرزها عنق الرحم وبطانته كما أنها تقلل من فعالية البوقين فى نقل البويضة إن خرجت وللأقراص تأثير واضح على كل أجهزة الجسم تقريبا ولها أعراض جانبية عديدة.

أما المضاعفات الخطيرة فهى لحسن الحظ نادرة الحدوث ويمكن تقسيم تأثيرها على الجسم إلى ثلاث مجموعات.

- المبيض تحدث تليفا مؤقتا فى معظم الأحوال ودائما فى النادر من الحالات لذلك ينصح بدوام استعمالها لحديثى الزواج.

- الرحم : تؤدى إلى زيادة حجم الأورام الليفية مما يبقى عدم استعمال هذه الأقراص فى هذه الحالات كما أن لها تأثير مباشر على بطانة الرحم فتؤدى إلى انقطاع مؤقت فى الطمث أو نزف رحمى بين الدورات.

عنق الرحم : تعمل الأقراص على تشيط غدد عنق الرحم تنشيطا شديدا مع حدوث تغيرات ملموسة فى خلاياه وللآن لم يثبت حدوث سرطان العنق مع دوام الاستعمال.

المهبل : غالبية الباحثين يعتقدون فى انها أى الأقراص تزيد من الالتهابات الفطرية.

الثدى : تحدث بعض آلام فى الثدى كما أنها تقلل من افراز اللبن وتغير من نوعيته فهى تقلل نسبة البروتينات والدهنيات فى اللبن فضلا عن تواجدها فيه مهما كانت الأقراص المستعملة مما يحتم عدم إثناء الرضاعة. وفى النادر من الحالات يزيد افراز اللبن أما علاقة الأقراص بسرطان الثدى فليست دراسة قاطعة تثبت أو تنفى زيادة حدوثه ولا ينصح باستعمال الأقراص لمدة طويلة لمن يعانيه من قلة او انقطاع الطمث.

تغيرات فى التمثيل الكيميائى

أمكن حصر حوالى خمسين تغيرا فى هذا المضار فإن للأقراص تأثيراً مباشرا على أنسجة الكبد لا يصل فى معظم الأحوال إلى حد الضرر ونظراً إلى انها تحدث تغيرا مؤكد فى تمثيل البروتينات فهى بالتالى تؤثر تأثيرا واضحا على نتيجة التحاليل الطبية وخاصة تحاليل الغدة الدرقية وإن كان لا يوجد ما تثبت تأثيرها المباشر على هذه الغدة كما انها تحدث تغيرا على بلازما الدم ينتج عنه صداع وارتفاع ضغط دم وبعض التغيرات النفسية وليس هناك أدنى شك فى انها تزيد زيادة خفيفة من نسبة انسداد الأدراك نتيجة التأثير المباشر على العوامل التى تساعد على تجلط الدم وأن انسداد الوريد قد يحدث حتى مع عدم وجود دوالى بالساقين.

يعتبر الاستعداد الوراثى لارتفاع ضغط الدم من موانع استعمالها ففى هؤلاء الأفراد يرتفع ضغط الدم ولكن لحسن الحظ فهو ارتفاع مؤقت يزول بتوقف استعمالها

كما أنها تؤثر على تمثيل سكر الدم " الجلوكوز " ويجب تجنبها فى حالة وجود السكر كما يجب اجراء منحنى السكر فى الدم قبل استعمالها فى الحالات الآتيه.

- اصابة الأب أو الأم بالسكر.
- فى حالة ولادة طفل يزيد وزنه عن ٥ كجم.
- وفاة الجنين داخل الرحم دون سبب ظاهر
- السمنه المفرطة.

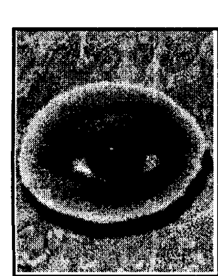
وفى بعض الحالات يزيد كوليسترول الدم وحتى الآن لم يثبت أن لها تأثيرا فى احداث تصلب الشرايين أو جلطة القلب وفى بعض الحالات يزيد الوزن زيادة فعلية بالاضافة إلى احتجاز الماء بالجسم لذلك يجب وقف استعمالها إن زاد الوزن على حوالى خمسه كيلو جرامات سنويا.

ونتيجة لنقص مادة السيروتونين تصاب بعض السيدات بالاكتئاب واضطراب النوم واحيانا يحدث تغير فى السلوك نتيجة نقص الدورة الدموية وقد يستمر الغثيان أو القىء لفترات طويلة وقد يحدث الصداع وخاصة الصداع النصفى فى بعض الحالات والملاحظ أن الصداع النصفى الذى يصيب السيدات قبل الدورة يكثر حدوثه أثناء الأسبوع الذى تتوقف فيه السيدة عن أخذ الأقراص.

الجلد : تحدث الأقراص ما يشبه كلف الحمل وخاصة بالأماكن المعرضة للشمس وفى بعض الحالات يزيد حب الشباب وفى حالات أخرى تقل حدتة.

الجهاز الهضمى : لا ينصح بها فى حالات قرح القولون.

العين : تختلف الآراء بالنسبة لتأثير الأقراص عليها.



وبالرغم مما ذكر من المضاعفات فلقد أثبتت الاحصائيات أن أخطار عمليات الإجهاض أكثر من أخطار استعمال الأقراص ولقد استقر الرأى فى الهيئة الطبية المسئولة بأمريكا على أن الأقراص يمكن استعمالها بأمان فقط إذا وضعنا فى الاعتبار أن هناك استعمال الأقراص

فيها أما التى تحتم عدم استعمال الأقراص فهى :

- فى حالات سرطان الثدى والرحم.
- فى حالات أمراض الكبد النشيطه
- فى حالات احتمالات وجود الحمل.
- فى زيادة دهنيات الدم.
- ووجود مرض السكر حتى أثناء حمل سابق.
- الانسداد الوريدى أو الشريانى.

أما الحالات التى يفضل أو يستحسن عدم استعمال الأقراص فهى :

- فى حالات الاكتئاب النفسية.
- فى حالات الصداع أو الصداع النصفى.
- حالات ارتفاع ضغط الدم.
- حالات الصرع.
- حالات انقطاع الحيض أو قلته.

ويلزم فحص شامل قبل استعمالها ثم بعد ثلاثه أشهر ثم مرة أخرى كل سنة كما لا ينصح استعمالها بعد سن اليأس.

اللوالب

بالرغم من أن الحمل يحدث مع استعمالها بنسبة ٢ ٪ إلا أن لها مميزات عديدة فتأثرها لا يتعدى الجهاز التناسلى فضلا عن انها لا تحتاج لفحوص مكثفة بعد تركيبها وهى تناسب البلاد النامية أكثر من الأقراص.

عيوبها.

أمكن حدوث بعض التقلصات الرحمية وزيادة فى كمية الدم وفى بعض الحالات يحدث طرد للولب وفى حالة من بين ٢٥٠٠ حالة أمكن حدوث ثقب

الرحم أثناء تركيبه كما يجب تجنب وضعها فى حالة وجود أورام أو حتى التهابات اللولب. وللولب النحاسى ميزات طفيفه بالمقارنة مع اللولب البلاستيك المستعمل حاليا فى كثير من دولنا العربية وهذه الميزات لا توازى فرق السعر الذى يباع به حاليا ولا تقدر عليه غالبية الناس.

الأقراص الفوارة الموضعية

يوجد منها أنواع حديثة وللأسف فهى غير متوفرة فى كثير من الدول النامية مثل مصر وغيرها من البلدان رغم أن فعاليتها تصل إلى ٩٧ ٪ ولا ضرر من استعمالها.

- الكريم الموضعى والعجلة المطاطه:

رغم أن فاعلية كل منهما تصل أيضا إلى ٩٧ ٪ إلا أنهما غير متوفرين فى الصيدليات ويوجدان على فترات متقطعة فى وحدات تنظيم الأسرة وعلى العموم فى حالة اختيار وسيلة لمنع الحمل يجب التوضيح الكامل لمستعمليها بمضار وفائدة كل وسيلة آخذين فى الاعتبار رغبتهم الشخصية فى اختيار الوسيلة طالما لا تتعارض مع حالتها الصحية فالعبرة بدوام الاستعمال أما فرض وسيلة أو اكثر فلا يتوقع له أى نجاح.

فشل حواء فى الزواج من اليوم الأول.. لماذا؟

من الدراسات الطبية والعلمية نستطيع التعريف أن النشاط الجنسى عند الإنسان تتحكم فيه مراكز معينه فى المخ وبداية النشاط الجنسى عند الرجل يكون بتغير فى طبيعة أعضائه التناسلية كيف - يحدث الواقع أن هذه المنطقة يصلها نوعان من الأعصاب اللاارادية.

النوع الأول: يعمل على زيادة كمية الدم الموجودة فى الأوعية الدموية التى تغذى العضو التناسلى وهكذا تعطيه نوعاً من الصلابة والثقة لاتمام إتصاله بزوجته بنجاح.

أما النوع الثانى: فإن وظيفتة على عكس وظيفة النوع الأول أى أن نشاطه يؤدى إلى الحد من كمية الدم فيضعف القوة الجنسية وهكذا عند حدوث الاثارة الجنسية تنبه الأعصاب التى تنتمى إلى النوع الأول.. ولكن إذا حدث خوف أو قلق يتم تنبيه المجموعة الثانيه من الأعصاب فتحدث الفشل الكامل فى العملية الجنسية وفى مخ الانسان منطقة خاصة بها مراكز الانفعال.. وعندما يتأثر الإنسان بانفعال الخوف أو القلق فإن هذا الانفعال يؤثر فى نفس الوقت على مركز الإثارة والنتيجة أن انفعال القلق يقضى على الإثارة.. ومن هنا يحدث الفشل فى الحياة الزوجية والتصرف الخاطىء الذى يقع على الزوج هو اعتقاده بأنه ضعيف وأنه مصاب بمرض تناسلى وهذا غير صحيح فالسبب نفسى بحت بسبب علاقته بالزوجة أو بالأهل فهناك الزوج الذى ينظر إلى زوجته كمثل أعلى ومن

فرط حبه لها يخاف عليها من الهم أو الخطر وينظر إلى بداية العلاقة الجنسية بينهما بخوف وعذر ينتهى بالضعف والفشل.



وقد تتصرف الزوجة فى اللقاء الأول مع الزوج فى أول ليلة بعد الزفاف التصرف الذى يوحى إليه بأنها تهزأ منه لأنه غير جدير بها أو غير مناسب وفى بعض الأحيان يتدخل الأهل فى الخصائص الدقيقة لبداية الحياة الزوجية فيسألون العروس وينصحون العريس وفى النهاية أعصاب مشدوة. خوف قلق مسألة حياه أو موت وفى النهاية فشل.

- قد يتم اللقاء الأول بين العريس والعروس فى بيت مزدحم بالأقارب.

- الخوف من العروس وسلوكها قبل الزواج مما يجعله فى محل مقارنه بالغير.

- علاقته الشديدة بوالدته مما يجعله يعتقد بطريقة لا شعورية أن أى سيدة محرمة عليه لأنها تؤثر على قوته.

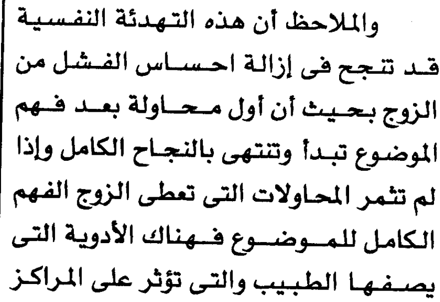
- التعود على تصرفات معينة تقوم بها المرأة التى تشاركه العمليه الجنسية فهو يطلب من عروسه تصرفات تعود عليها من صنف معين من النساء عرفهن قبل الزواج وعروسه لا تملك هذه الخبرة فيحدث النفور.

والآن جاء دور الكلام عن علاج مثل هذه الحالة أول خطوة فى العلاج هى اقناع الزوجة بأن زوجها فى كامل قوته الجنسية وأن حالته وقتية سببها بعض الانفعالات ويجب أن تعرف الزوجة أن علاج زوجها لن يتم إلا إذا ساعدت فى ذلك.

يجب على الزوجة أن تحتفظ بأسرارها الزوجية بحيث لا تنقل تفصيلات حالة زوجها إلى الأقارب وإن اضطرت إلى ذلك تحت إلحاح الأم مثلا فيجب أن لا يعرف الزوج أن أحداً غير عروسه يعرف حكايه أزمته.

كما يجب أن تكون أول أيام الزواج بعيدة عن جو الأسرة .

والملاحظ أن هناك العائلات التى ترسل الأم مع ابنتها فى رحلة شهر العسل يمكن شرح كل هذه التفصيلات للزوج خصوصا إذا كان على قدر من الثقافة يعطيه القدرة على فهم حقيقه موقفه فيعرف أنه سليم ولا يعانى من مرض ميئوس من علاجه.



والملاحظ أن هذه التهدئة النفسية قد تنجح فى إزالة احساس الفشل من الزوج بحيث أن أول محاولة بعد فهم الموضوع تبدأ وتنتهى بالنجاح الكامل وإذا لم تثمر المحاولات التى تعطى الزوج الفهم الكامل للموضوع فهناك الأدوية التى يصفها الطبيب والتى تؤثر على المراكز الموجودة فى المخ وتعطى الزوج فرصة النجاح فى العلاقه الجنسية والنفسية بالزوجة وبعد النجاح الأول يستمر الزوج فى النجاح وقد يكون القلق الذى ينتاب الزوج فى أول الزواج لا يحتاج إلى أكثر من فهم واقع ما يحدث دون الحاجة إلى طبيب يكفى مثلا أن تقرأ هذا الموضوع وتفهم وتقتنع تنجح!

النوع الثانى من الرجال لم يلتق بامرأة ولو مرة واحدة قبل الزواج إن مثل هذا النوع من الرجال يكون قد نشأ فى بيئة ويكون متمسكا بالأخلاقيات وهكذا يقع فريسة الخوف لأنه فى أول ليلة بعد الزفاف يخوض تجربة غامضة وجديدة عليه.

والخوف هنا من عدم القدرة على إتمام العملية الجنسية بنجاح أو بالطريقه الواجبة وغالبا ما يسأل أصدقاءه ليحصل فهم يتحدثون عن قدراتهم الفائقة.

والزوج لا زال قلقا والقلق يؤدى إلى الفشل ويصبح الفشل جزء ثابتا من

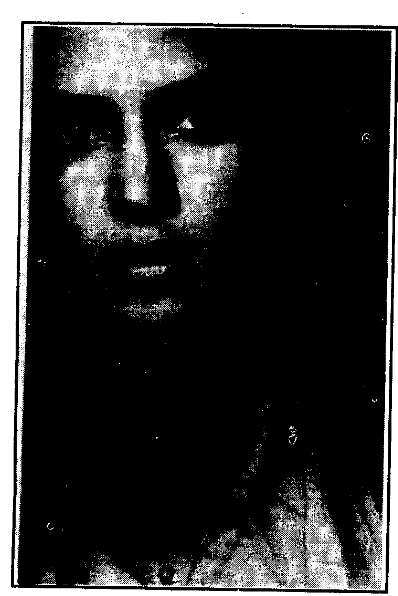
حياته. ومثل هذا الشخص يخجل من الذهاب إلى الطبيب وتزيد الحالة سواء وقد يستمر الزوج فى قلقه وفشله عاماً أو أكثر وتأتى زوجته فى حالة اضطراب نفسى وعند سؤالها تجيب بأنها مازالت عذراء بعد عام من الزواج العلاج هنا يشبه إلى حد كبير علاج الحالة السابقة بنجاح العلاج الجيد:

أما النوع الثالث من الرجال فهو هذا الزوج الذى عاش تجارب جنسية قبل الزواج ولكنه فشل لأنه وقع فريسة لبعض الاضطرابات النفسية.

مثل هذا الرجل يحب النساء ولكنه فشل منذ أول علاقة جنسية والسبب اضطراب نفسى فى هذه الحالة نجد أن الرجل يبرر فشله بأنه لم يأخذ الفرصة المناسبة أمام نفسه. فهو لا يتمكن فى أداء العملية الجنسية ولكنه فى نفس الوقت لا يقتنع بأن العيب فى داخله ولكن العيب فى أنه لم يجد المرأة الجديرة به. وهكذا يبحث عن زوجة على أمل أنه سينجح معها.. ويفعل ذلك دون أى استشارة من طبيب وعندما يتزوج ويفشل يقنع نفسه مرة أخرى بأن العمليه الجنسية عمليه حيوانية وأنه يسعى بعلاقته مع زوجته عن هذه الحيوانات والبدائية بل ولا يهتم بضعفه والشكوى تبدأ بعدم الثقة على إسعاد الزوجة بما يدفع الزوج إلى مداومة السؤال هل ينجح زواجه أم لا؟

والذى أحب أن أقوله أن هذه العمليه عمليه فسيولوجيه بسيطه لا تحتاج إلى معلم ولكنها بالفطرة فلا داعى لأن تعقد الأمور ويكفى أن يشعر الرجل أنه قادر على أن يسعد زوجته بالحب والتفاهم والود والرحمة ولا يدع الشكوك تعذب وليقنع أنه قادر أن يعيش السعادة الكاملة.

زوجة تعيسه.. والسبب لا أعرفه



إن يسأل الأولاد والبنات ولا يجدون الإجابة الصحيحة على أسئلتهم فهذا خطأ لأن الذى يحدث غالبا أنهم يجدون الإجابة فى الكتب الرخيصة أو يأخذوها من أفواه الجهال ومع الأسف الشديد لازلنا ننظر فى مجتمعاتنا الشرقية على أن الحديث عن الجنس عيب ومازالت المعلومات الجنسية الصحيحة بعيدة عن متناول أولادنا سواء كانوا فى البيت أو المدرسة أو الجامعة والنتيجة متاعب كبيرة ومشاكل لا حصر لها تختفى خلف تعاسة الكثير من البيوت وأول الفئه التعيسة المرأة التى تعانى من البرود الجنسى وفيما يلى دراسة كتبها أحد كبار المتخصصين وهذه الدراسة لا تخرج عن كونها معلومات علمية دقيقة بعيدة كل البعد عن الإثارة والجهل والتخلف إنها نوع من الضوء الذى يمكن أن يضىء الطريق إلى بيوت سعيدة ومرة أخرى لا تختفى هذه الصفحات عن ابنتك.

مشكلة عريضه إسمها البرود الجنسى إنها الزوجة التى تهرب من غرفه النوم وهى الزوجة التى لا تعرف فعلا المعنى الكامل للحياه الزوجية أو المشكلة التى ترى الكثيرات أنها بلاحل ففى إحدى الدراسات التى أجريت إتضح أن ٧٥٪ من الزوجات مصابات بالبرود والزهد والتعاسة فى الحياة الزوجية والنتيجة كره الزوج لها وطلاقها وتشريد أسرة بأملكها فما هى الأسباب الحقيقة التى تعانى منها الزوجة فى الخفاء دون أن تبوح وتعانى فيها أقسى أنواع العذاب والاهانه النفسية من هذه الحالات.

- تعاطى بعض الأدوية.

- الاصابة بمرض عام.
- مرض موضعى.
- عوامل نفسية.
- حالات فسيولوجية.
- عملية الختان.

والآن تعالوا بنا نبحث بعض الملامح التى تحدد كل سبب من هذه الأسباب كثيرون يعتقدون أن المخدرات تنبه الرغبه الجنسية ولكن الذى ثبت فعلا أن المخدرات تؤدى إلى إصابة المرأة بالبرود نفس هذا التأثير يمكن أن يحدث فى استعمال الأقراص المهدئه للأعصاب والأدوية المسكنة للألم وهى أشياء نجدها غالبا فى حقيبة اليد عند كثير من السيدات وقد ثبت بالفعل أن هذه الأدوية تخمد رغبة المرأة ومن هذه الأمراض : أمراض سوء التغذيه.. وبعض الأمراض العضوية العصبية ونقص إفراز الغدة الدرقية وكبر السن وفى بعض الأحيان تكون المرحلة التى تتوقف فيها الدورة الشهرية من مراحل البرود وهى مرحلة سن اليأس ولكن يجب أن نقول فى هذا الموضوع بالذات أن هذه المرحلة قد تكون على العكس مرحلة رغبه عارمة ومن الطبيعى أن تهرب الزوجة من اللقاء الجنسى إذا اقترن بالألم والأسباب التى يحدث فيها الألم كثيرة مثل التهابات عنق الرحم التهاب المثانة.. البواسير.. بعض المضاعفات الناتجة عن ولادة غير طبيعية - بعض حالات الانقلاب الرحمى ثم حالات أخرى متعددة والذى يجب أن تعرفه كل أم أن هناك أحداثا صغيرة تترك بصماتها فى عقل كل بنت حتى لو وقعت هذه الأحداث فى فترة الطفولة فبالرغم من مرور السنين فإن هذا الحدث الصغير يلعب دوره فى تشكيل شخصية وطباع البنت مهما تقدم بها العمر.

- ففى فترة الطفولة قد يعبث الطفل بأعضائه فيضربه الوالد والوالدة وهكذا يرتبط الألم بهذا العضو فالعقاب الشديد هنا له تأثيره الذى ينطبع إلى الأبد فى ذهن الطفلة ويظهر فى صورة كره لهذه الأعضاء أدنى صورة برود.

- والمشاجرات الزوجية وضرب الأب للأم أمام أولادهما إن ذلك كله يجعل

كل الرجـال فى ذهن الطفلة فى صـورة والدها القـاسـى ومن هنا تكره الرجل وتصاب بالبرود.

- الاعتداء على الطفلة وهى صغيرة يؤدى إلى نفس النتيجة.

وأهم حدث فى مراحل نمو أى فتاة هى مرحلة حدوث الدورة الشهرية لأول مرة.

فالمفروض أن تهتم الأم بايضاح كل شىء لابنتها بحيث أن البنت لا تنزعج عند حـدوث أول دورة شـهـرية وأن تفـهم أنهـا على أبواب مـرحلة نضج واكتمـال أنوثتهـا إذن أن عـدم فهم هذا الوضع قـد يؤدى إلى شـعـور بالاشـمـئـزاز من هذه الحالة يصبح مـصدراً للمتاعب فى المستقبل إن هذه العوامل فى جملتهـا هى الأسباب المختفية وراء البرود.

- وقد تصـاب المرأة بحالة نفسـية تعطيهـا الاحساس الدفين بأن العلاقة بينها وبين زوجها ستكون مرتبطه بحدوث متاعب وعلى هذا الاساس تصاب بالبرود.

إن العروس تنتظر بداية وردية لحياتها الزوجية ويكون تعجل الزوج وتصرفه غير العادى سببا فى حدوث الحالة النفسية التى تعقد الزوجة.

- نفس الاحساس قد يكون مترسباً منذ فتره الطفولة عندما تكون الطفلة قد مرت بتجربة مؤلمة عند الاستعمال الخطأ للحقن الشرجية أو عند وضع لبوس بطريقة خاطئة وبالرغم من قدم الحادثه فإنها تظل مترسبة فى ذهن الطفلة حتى تصبح عروسا فتكره اللقاء الذى يعيد ذاكرتها الاحساس المؤلم القديم مرة أخرى.

- وقد تخاف الزوجه حدوث الحمل.. إن هذا الخوف يقتل الرغبه عندها.. فكثرة الأولاد وعدم إهتمـام الأب بالبيت تجعل فكرة الحمل شيئا مرغب بالنسبة للزوجـة ومن هنا يسـيطر عليهـا الاحسـاس بالبـرود وهذه الحـالة يمكن أن تزول عندمـا تستـعمل الزوجه وسـائل منع الحمل ومـا أكثرهـا فـاستـعمـال هذه الوسـائل يعطيها الاطمئنان ويبعد احساسها بهذه الحالة.

وقد تصـاب الزوجـة بعد الولادة بالبـرود والسـر فى ذلك أن الزوجـة تلاقى الكثير من المتاعب خلال فترة الحمل أو الولادة ولكن غالبا ما يختفى هذا البرود بعد فطام الطفل.

- عندما تعرف الزوجة أنها غير قادرة على الحمل فإنها قد تصاب بالبرود والسبب فى ذلك اعتقاد السيدة بعدم فائدة الاتصال بالزوج فكل حياتها تصبح مركزة على الحمل وانجاب الأطفال فإذا فشلت فى ذلك أصيبت بالبرود وبالطبع فإن شرح الحالة النفسية ومعالجة العقم يساعد على زوال هذه الحالة وهذه الفترة تمر على كل سيدة متزوجة.. إنها تعيش فى عالم محدود هو البيت والمشاكل والأولاد وفى زحام هذه المشاغل تنسى مطالب حياتها الشخصية وهكذا نجد أن الزوج يشكو من زوجته التى أصبحت تحب أولادها أكثر من حبها له والواقع أن فترة إعادة تنظيم العاطفة هى فترة طبيعية عند معظم السيدات والواجب ألا تؤثر هذه الفترة على الزوجة إلى الدرجة التى تصل بها إلى إهمال زوجها وإهمال نفسها حتى تصل هذه المرحلة البرود والملل والتكرار يلعبان دوراً هاما فى الحياة الزوجية. فى هذه المرحلة فهذه الاحاسيس تقتل العاطفة وتصيبها بأضرار يحسن البعد عنها وهنا يجب أن نذكر الزوج الذى يشكو من مظهر زوجته التى امتنعت عن التزين وكرست نفسها للمطبخ.

الختان

إن الصدمات التى تصيب الأنثى من الختان كثيرة ولها أضرار نفسية وجسمانيه خطيرة هذه العملية التى مازالت تمارس فى الخفاء بواسطة الحلاقين والدايات برغم صدور القانون الذى يحرمها والذى يمكن أن يقال أن الختان غالبا ما يصيب البنت بالنزف وتلوث الجرح كل هذه الأشياء تترك آثارا نفسيه سيئة وهذه الآثار يصعب محوها بجانب ذلك فإن ازالة بعض أجزاء الجهاز التناسلى الهامة خلال اجراء عملية الختان يضر بصحة البنت وعلى هذا الاساس ونتيجة للصدمة العصبية ولضياع جزء من الجهاز تصاب معظم السيدات نتيجة للختان بالبرود ويقال إن ذلك يؤدى إلى انتشار المخدرات والعجيب أن بلادنا والسودان هما المنطقتان اللتان مازالتا تقومان بهذا الختان حتى الآن.

حكاية لاحدى بنات حواء

ظلت عذراء.. إلى سن الثالثه والعشرين.. لماذا؟



عندما تحب المرأة تقدم كل شىء وعندما تعشق تضحى بكل شىء ولكن عندما تكره فهى تدمر كل شىء.. إنها أمرأة سوف يظل التاريخ يذكرها بأنها لعنة وقد تضرع الجميع إلى السماء ليكون مصيرها الجحيم. هل تدرون من هذه المرأة. إنها كاترينا العظمى امبراطورة روسيا التى تفاعلت بداخلها كل مشاعر الحب والعشق والكراهية والطموح أيضا لكى تخلق مزيجا رهيبا ونموذجا من النساء أثار الرعب والهلع فى قلوب أشجع رجال الامبراطوريه الروسية كانت كاترينا العظمى امبراطورة روسيا نموذجاً للمرأة الرومانسية التى تحركها عواطفها ومشاعرها وكانت أيضا

غيورة لأقصى درجة ذات عينين لامعتين ينطلق منهما وميض كالذى ينطلق من عينى الحيوان البرى فيصيب الفريسة بالشلل وتصبح كأنها تحت تأثير التنويم المغناطيسى الذى يسلبها ارادتها ويجعلها تنتظر مصيرها المأساوى فى دعة وسكون كانت ملامح وجه كاترينا توحى بأنها درامية خلقت لكى تدخل التاريخ وتترك بصمتها عليه وصفها أحد رجال البلاط الامبراطورى الروسى عام ١٨٥٦ بأنها المرأة التى تجمعت فيها كل التناقضات فهى السم الزعاف الذى ينهل منه المرء وكأنه يشرب ترياق الخلود وفى نفس الوقت هى رحيق الحياة القاتل أو الصديق الذى ترتعد أوصالك بمجرد أن تقترب منه وتحدق فى ملامحه الرهيبه.

لم تكن الامبراطورة كاترينا تنتمى لطبقه الحكام الطغاة ولكنها لم تكن تقبل من اتباعها ورعيتها ما هو أقل من الطاعة العمياء حلمها كان أن تصبح روسيا دولة عظمى ولكنها تعاملت مع الفلاحين الروس التعساء وكأنهم مخلوقات لا تنتمى إلى عالم البشر لم يتهمها أحد بارتكاب جريمة القتل ولكن الدماء لطخت يديها فى العديد من هذه الجرائم وخاصة اغتيال القيصر إيفان السادس وزوجها بطرس الثالث.

وقد ظلت كاترينا عذراء حتى بلغت الثالثه والعشرين من العمر ولكنها بعد ذلك ظلت حتى وفاتها لا تذهب إلى الفراش فى أيه ليلة إلا يصحبة رجل أو عشيق.

ومن أغرب الحقائق فى شخصية كاترينا امبراطورة روسيا أن عروقها لم تكن تجرى فيها نقطه دم روسيه واحدة فقد كانت المانيه اسمها الحقيقى صوفى أوجستا فريد ريكا وقد ولدت بمنطقة شيتن قرب بوميرانيا فى ألمانيا فى ابريل عام ١٧٢٩ .

دماء زرقاء

كان والدها الأمير كريستيان أوجستوس وهو أحد النبلاء الذين أدارت لهم الدنيا وجهها فأصبح فقيرا ونظرا للدماء الزرقاء فى عروقه فقد منح منصب قائد حاميه شتين أما والدتها الأميرة جوهان فكانت تنتمى لدوقية هو لشتين وكانت امرأة دائمة السخط والاستياء تردد فى كل وقت أنها تحيا حياة كئيبة ريفية

فقيرة لا تتفق مع حبها ونسبها ومواهبها أيضا ولم تكن الأم تغدق على ابنتها صوفى بمشاعر الأمومة التقليدية ولكن رغم برودة الأم وفقد الأب إلا أن صوفى عاشت طفولة طبيعية كغيرها من أولاد النبلاء وعندما وصلت صوفى إلى سن الخامسة عشر تغيرت حياتها بشدة فقد تم ترشيحها كعروس لبطرس الأكبر دون روسيا وربما يرجع هذا الترشيح إلى فرد ريك الأكبر امبراطور بروسيا الذى اختارها لاعتقاده أن مكانها المتواضع بين أميرات ألمانيا سيجعلها أكثر عرفانا بالجميل على هذا الشرف وبالتالى يسهل من إمكانية السيطرة عليها لخدمة بروسيا من موقعها الجديد.

ووجهت الامبراطورة اليزابيث امبراطورة روسيا الدعوه لصوفى ووالدتها للحضور ورغم عدم توافر الملابس الفاخرة الملائمة لهذه المناسبة إلا أنها استقبلتها بحفاوة بالغة فى روسيا وقد كادت صوفى تسقط مغشيا عليها عندما شاهدت الامبراطورة الروسية والمجواهرت الهائلة التى تغطيها من قمة رأسها حتى أخمص قدميها وتفحصت الامبراطورة اليزابيث الفتاة الألمانية بدقه شديدة ثم أو مأت برأسها فى إشارة إلى أنها عروس لا بأس بها لابنها وعرف الجميع أن الأميرة صوفى قد أعجبت الامبراطورة بوجهها الجميل وشعرها الفاحم وعينها الزرقاوين وبعد أيام قليلة عاشتها صوفى تحت الاختيار أعلنت الأسرة الامبراطورة الروسية قبولها لأن تكون هذه الفتاة الألمانيه عروسا للدوق الأكبر.

زوج دميم ومعوق

وعندما شاهدت صوفى عريسها لأول مرة أصيبت بصاعقة فقد كان إنسانا مشوها قبيح الوجه بالإضافة إلى أنه كان أيضا غريب الأطوار ففى بعض الأحيان يتصرف كطفل وديع وفى أحيان أخرى يتحول إلى مخلوق سادى شرس يتمتع بتعذيب الآخرين. وفى يوم ٢٨ يونيو ١٧٧٤ تحول إسم صوفى إلى كاترينا بعد أن تحولت ديانتها إلى الأرثوذكسية وفى اليوم التالى تمت خطبتها إلى الدوق الأكبر الذى لم يكن يكبرها كثيرا فى السن وكانت بينهما صفات مشتركه عديدة أتاحت لهما البقاء معا واللهو فى أروقة القصر الامبراطورى الروس ولكن بمرور الأيام

بدأ شعور بالكراهيه بينهما ورغم ذلك تقرر تقديم موعد الزفاف، وكان حفل الزفاف نموذجاً للبذخ البيزنطى وارتدى العروسان الملابس الموشاة بالفضه والمطعمة بالذهب والأحجار الكريمة وبعد الحفل الأسطورى توجه الدوق إلى غرفة نومه ليغط فى نوم عميق بعد أن شرب كمية هائله من الخمر ولم تعرف كاترينا فى تلك الليلة هل تغضب لنوم عريسها أم تسعد لأنها تخلصت من وجهه الكريه وخلال الليالى التالية اعتاد الدوق أن يأخذ معه إلى فراشه بعض اللعب والدمى الخشبية ليلهو بها قبل نومه وكان من الواضح أمام الجميع أن هذا الزواج فاشل ولن يستمر كان الدوق المسكين يدرك أنه قبيح الوجه وكان يجد سعادة بالغه فى إثارة مشاعر الاستياء لدى زوجته كاترينا ويتفنن فى تعكير صفو حياتها باختصار كان الدوق زوجاً عاجزاً فى الليل وشريكا مخالفا ومستفزاً فى النهار ورغم خوفه الشديد من والدته الامبراطورة إلا أنه كان يتضايق بشدة من امتثال زوجته لكل الأوامر وتفانيها فى أداء واجباتها الجديدة لدرجة أنها أصيبت بالهزال والمرض من الجهد الهائل الذى بذلته فى تعلم اللغة الروسية واستيعاب الطقوس الدينية.

الزوجة العذراء

بعد ثمانيه أعوام من الزواج كانت كاترينا مازالت عذراء وكانت فى شوق رهيب إلى الحب الذى لا تستطيع أى أنثى أن تكون طبيعية بدونه وذات يوم قررت أن تقيم علاقة مع أحد رجال البلاط وكان يدعى سيرجى الذى كان جذابا والأهم من ذلك أنه كان خبيرا بالنساء عارفاً بأخطر وأدق أسرار الضعف فى كيان المرأة. ورغم أنه كان متزوجا من إحدى وصيفات الامبراطورة إلا أنه كان كثير السفر والترحال مما أضاف إليه الكثير من المعارف والخبرات أما كاترينا فقد كانت فى ذروة أنوثتها تهفو لكل شاب جميل تراه وتنسى من خلاله ملامح زوجها القبيحة وتحول هذا الإعجاب بالشاب إلى حالة جنونية لذلك سرعان ما أصبحت عشيقة للشاب سيرجى والغريب أن أحداً لم يهتم بهذه العلاقه غير المشروعة بما فى ذلك زوجها الدوق ووالدته الامبراطورة وكان سبب هذا التجاهل سيا سيا فى المقام الأول حيث لم يكن هناك وريث للعرش ولذلك تركوا كاترينا تحاول بطريقتها الخاصة أن تحقق هذا الهدف وفى عام ١٧٥٤ أصبحت كاترينا حاملا وانجبت

طفـلا أطلق عليـه الدوق بول وتوجـه رسـول من الامبـراطورة الأم إلى العـشـيق سيرجى ونصحه بالسفر بعيدا من أجل صحته ومستقبله وأخذت الامبراطورة الطفل لتقوم بتربيته واعداده لتولى العرش مما أدى إلى تحطيم قلب أمه كاترينا التى قررت ألا تسمح لأى رجل بعد ذلك بأن يتحكم فى حياتها وفى هذه المرحلة بالتحديد ظهرت الطبيعة الفولاذيه الصلبة فى شخصيتها وقد كتبت كاترينا فى مذكراتها بعد ذلك تعترف بأن مأساتها الكبرى هى أن قلبها لم يكن يشعر بالسعادة ولو للحظه واحدة بدون حب وقد ظهر فى حياتها بعد ذلك شاب جديد يغلب عليه الطابع الرومانسى يدعى توفيسكى لم يكن أنيقا مثل سلفه عشيق كاترينا السابق ولكنه كان صاحب عقليه متحضرة شخصية شديدة الحساسية وكانت كاترينا تريده بل وتشتهيه وهكذا بمجرد أن وضعت عينيها عليه قررت أن يكون لها ولم تكن أمامه كغيره من عشاق كاترينا أى فرصة للهروب من قبضتها وهكذا أصبح توفيسكى يتنكر ليلا فى زى ترزى أو موسيقى حتى يتمكن من دخول القصر الامبراطورى وبالتحديد إلى منبع الدوقه كاترينا.

اعتراف العشيق



ورغم ذلك فقد ألقت الحراسة القبض عليه ذات صباح وهو يتسلل خارجا من مخدع الدوقة وتم اقتياده إلى الدوق الأكبر الذى طلب منه الاعتراف بالحقيقه ووعده بالعفو عنه إذا قال الصدق. ولم يكن الدوق مهتما بمغامرات زوجته العاطفية ولكنه كان يجب أن يعرف حقيقه ما جرى من وراء ظهره بالتفصيل كانت لحظة شديدة الصعوبة بالنسبة للعشيق الذى كان يدرك جيدا مدى جنون الدوق الأكبر وامكانية أن يأمر بقطع رأسه فى أى لحظة ولكن الغريب أن الزوج المطعون فى كرامته وشرفه تجاهل الأمر برمته بل ودعا عشيق زوجته للعب الورق معه بعد أن اعترف له بتفاصيل علاقته بكاترينا.

وقد استخدم بعض السياسيين الروس العشيق بوفيسكى كلعبة فى الصراعات التى شهدتها العاصمة الروسية فى ذلك الحين سان بطر سبورج وفى النهاية تقرر طرد العشيق ليعيش بقية حياته منفيا خارج روسيا.

بعد سنوات تذكرت كاترينا بعد أن بلغت أوج قوتها ونفوذها أنه كان عشيقا لها ذات يوم فجعلته ملكا على بولندا ثم أرادت إذ لاله وعقابه على الاعتراف لزوجها بعلاقتهما فتركته على العرش لمدة عام واحد ثم جعلته المسكين بسبب شدة احساسه بالمهانه والإذلال.

بعد فترة قصيرة دخل حياة كاترينا رجل آخر يوصف تاريخيا بأنه أهم وأبرز عشاقها وهو جر يجورى أورلوف الذى كان ينتمى لأسرة تتريه عريقة وله خمسة أخوة يحظون بسطوة ونفوذ هائلين.

لم يكن أورلوف على درجة كبيرة من الذكاء ولم يكن عذب الحديث بالشكل الذى يمكن أن يجذب أى امرأة ورغم ذلك كان فحلاً بكل ما تحمله الكلمه من معنى واستطاع أن يروى كل ظمأ كاترينا للحياة من الناحية السياسية كان

أورلوف يمثل خيارا عبقريا من جانب كاترينا فقد كانت عائلة بأسرها تشعر بالفخر لأن الدوق الكبرى اختارت رجلا منها ليكون عشيقا لها ولذلك تعهدت هذه العائلة القوية بالولاء المطلق لها وكان هذا الولاء شديد الأهمية نظرا لأن قادة الجيش الروس كان من بينهم عدد كبير من افراد أسرة أورلوف وبالتالى فقد ضمنت كاترينا أيضا ولاء الجيش لها.

شراسة القيصر

وفى يوم عيد الكريسماس عام ١٧٦١ توفيت الأمبراطورة اليزابيث فجأة واصبح ابن شقيقها القبيح والعاجز الذى عاش حياته كلها فى رعب منها قيصرا لروسيا يحمل لقب بطرس الثالث وقد أصبح زوج كاترينا شديد الشراسة بعد أن حمل لقب قيصر وتجمعت بين يديه كل السلطات ومنذ اللحظة الأولى أظهر بطرس هذه الشراسة فخلال جنازة عمته الامبراطورة اليزابيث أخذ يسخر منها وينتقدها بشدة على عكس زوجته كاترينا الذى حرصت على ارتداء ملابس سوداء ورافقت جثمان المرأة التى كانت تكرهها حتى مثواها الأخير وقد حملت كاترينا للمرة الثانية وكان الحمل هذه المرة من أورلوف وعندما وضعت وليدها أرسلته إلى إحدى المرضعات لتقوم بتربيته وعندما علم الزوج القيصر بأن زوجته أنجبت إبنا ثانيا اشتعل غضبه وهدد أمام رجال البلاط بقتل هذه المرأة. وخلال إحدى المآدب فى القصر الامبراطورى شرب القيصر حتى الثمالة ثم وقف أمام الجميع ليقول الله وحده يعلم من أين تأتى هذه المرأة بهؤلاء الأطفال ولكنى أعرف على الأقل أنهم ليسوا أبنائى.

ومنذ هذه اللحظة قررت كاترينا بينها وبين نفسها أن هذا الزوج العاجز أصبح عاجزا أيضا عن إغلاق فمه.

بدأت كاترينا تتآمر للإطاحة بزوجها بطرس الثالث من على عرش روسيا ولكنه ساعده بحماقته وحفر قبره بيديه بعد أن أصيب بجنون السلطة فأخذ يدخل فى صراعات لا مبرر لها تزايد أعداؤه بشكل ملحوظ فى كل مكان فقد سخر من الكنيسة الأرثوذكسية ومعتقداتها وقياداتها وسرعان ما وقع الإنقلاب

الذى أطاح ببطرس الثالث ووضع كاترينا على عرش روسيا وحدث هذا التغيير الرهيب خلال ليلة واحدة دون إتاحة الفرصة لأحد لكى يفهم حقيقة ما حدث.

وفى يوم الأحد ٣٠ يونيو ١٧٦٢بدأت كاترينا تتآمر للإطاحة بزوجها بطرس الثالث من على عرش روسيا ولكنه ساعده بحماقته وحفر قبره بيديه بعد أن أصيب بجنون دخلت كاترينا سان بطرسبرج وسط أسرة عشيقها من آل أورلوف واستولت على السلطة دون إراقة قطرة دماء واحدة وفى أول لقاء بالجماهير ظهرت كاترينا وسط ٢٠ ألف جندى يرتدون ملابس الضباط لتوحى بأن قالت الجيش كلها معها ولم يعرف أحد فى ذلك الحين أن الضباط من أسرة أورلوف هم الذين جمعوا هؤلاء الجنود وخططوا للمسرحية التى أقنعت الجميع على ثقة من أن الجيش الروسى يقف وراء كاترينا.

أما الزوج بطرس الثالث فقد انتزع من على كرسى العرش وثم وضعه فى عربة وهو يرتعد خوفا وانطلقت العربة إلى سجن رهيب كان مجرد ذكر اسمه يثير الرعب وهو سجن شلو سلبرج لكى يعيش بقيه حياته وراء القضبان وقد ناشد بطرس الثالث زوجته كاترينا أن تسمح له باصطحاب أربعة أشياء إلى السجن هى عشيقته وكلبه وخادمه والكمان الخاص به ولكن كاترينا قالت انها توافق على الأشياء الثلاثه الأخيرة لأنها على ثقة من أنه لن يحتاج ابدا للعشيقة وخوفا من تفجر فضيحة إذا وجد زوجها فى مكان واحد مع امرأة.

وبعد ثلاثه اسابيع من الحياة فى السجن مات بطرس الثالث وظلت كاترينا تؤكد أنه توفى بالسكته القلبية رغم أن ذلك لم يكن صحيحا حيث تأكد بعد ذلك أن قيصر روسيا السابق لم يمت فى ظروف طبيعية بل نتيجة لدس السم له فى الشراب وعندما لم يحدث السم مفعولا سريعا قام أحد أشقاء عشيق الملكة أورلوف بخنقه داخل زانزانته بمفرش المائدة وأقسمت كاترينا بأنها لم تتوسط فى هذه الجريمة ولكن أحداً لم يصدقها وتأكد الجميع من أنها قتلت زوجها لأنها اعتقدت أنه سيظل خطرا عليها حتى وهو فى السجن تخلصت كاترينا بعد ذلك من خطر آخر كان يهدد عرشها كان هذا الخطر يتمثل فى شاب نحيل الجسم حاد القسمات عمره ٢٢ سنه وكان هذا الشاب مسجونا منذ ثلاث سنوات وقد

فقد عقله بسبب حياة العزلة التى عاشها وراء القضبان حيث كان يطلق عليه اسم السجين رقم واحد وهو الشاب السجين لم يكن سوى إيفان السادس الوريث الشرعى لعرش روسيا الذى وضعته الإمبراطورة اليزابيث فى السجن منذ بلغ السادسة عشر من عمره ولم يكن إيفان يعرض شيئا عن العالم سوى جدران السجن وقد توجهت كاترينا لزيارته فى سجنه وكان الشئ الوحيد الذى يتذكره ويردده بشكل متواصل هو أنه الوريث الشرعى للعرش وأخذت كاترينا توجه إليه النظرات الباردة كالموت ثم غادر الزائرين وأصدرت أوامرها بمضاعفة الحراسة حوله وبألا يتم قتله إذا وقعت أى محاولة لإنقاذه من السجن. كانت كاترينا تدرك أن لديها أعداء وبعضهم بدأ يتحدث بالفعل عن حق إيفان فى العرش والتخلص من المرأة الألمانية التى أصبحت تحكم روسيا.

وذات ليلة قام أحد ضباط السجن ويدعى باسل مورفيتش بطعن إيفان بالسيف حتى الموت وترددت أقاويل عديدة تؤكد أن هذا الضابط لم يتصرف من تلقاء نفسه وأنه نفذ أمرًا من كاترينا بقتل الوريث الشرعى لعرش روسيا.

صراع مع الإبن



بعد ذلك لم يعد هناك منافس لكاترينا أو مصدر خطر على عرشها سوى إبنها الدون بول الذى كانت تحبه بشدة ولكنها بدأت تعامله بقسوة منذ أن تجرأ وسألها عن الظروف التى أحاطت بقتل والده. ومنذ ذلك الحين قررت كاترينا أن تمحو تماما شخصية ابنها وأن تبقيه دائما فى دائرة الظل.

ولا شك أن هدف كاترينا كان هو دعم قوة روسيا وسيطرتها على جميع الإمبراطوريات الأخرى فى ذلك الحين وتوسيع حدودها لأقصى مسافة لكنه وكانت إرادة كاترينا صلبة كالصخر عندما يتعلق الأمر بإحدى رغباتها ورغم ذلك لم تفعل أى شئ لتخفيف

ظروف الحياة القاسية التى كان يعانى منها الملايين من أبناء الشعب الروسى وخاصة الفلاحين الذين كانوا يعملون كالعبيد بالسخرة فى أراض ومزارع الأثرياء والنبلاء وخلال حكم كاترينا لروسيا كان سعر الكلب ٢٠٠٠ روبل والعبد الأجير ٣٠٠ روبل فقط .. لم تنس الإمبراطورة كاترينا ما فعلته أسرة أورلوف لمساعدتها وخاصة عشيقها جريجورى وأخوته الخمسة الذين ظلوا فى خدمتها عشر سنوات لذلك قدمت لهم ٧ ملايين روبل كمنحة بخلاف الهدايا من القصور والأراضى والمجوهرات ويكفى للتدليل على ثراء الأخوة أورلوف أنهم كانوا يمتلكون ٤٥ ألف عبد يعملون فى أراضيهم بلا مقابل.

الحب الكبير

ظل جريجورى أورلوف هو الحب الكبير فى حياة كاترينا وقد سمحت له بأن يرتع كما يشاء فى البلاد لدرجة أن الناس بدأت تستاء من نفوذه المتعاظم ووصلت الأمور إلى حد أن جريجورى أورلوف بدأ يتطلع لما هو أكبر من دوره كعشيق للإمبراطورة وحاول إقناع كاترينا بأن تتزوجه ولكنها رفضت طلبه وفى نفس الوقت أدركت أنه يجب أن يخرج من حياتها بعد أن تمرد على وضع العشيق وهكذا منحته لقب أمير وأرسلته فى رحلات عديدة إلى مختلف أنحاء أوربا بعد أن أقنعته بأن هذه الرحلات ستبرز صورته وربما تؤهله للزواج من الإمبراطورة ورغم ذلك فقد وصف سياسى أوربى أورلوف بأنه مثل إناء ممتلئ بالماء وموضوع فوق النار فيظل يغلى و،يغلى دون أن يطبخ شيئا وبعد عودته من هذه الرحلات منحته كاترينا قصرا وقدم لها ماسة فارسية شهيره إسمها نادر شاه أطلق عليها بعد ذلك اسم ماسة أورلوف ورغم أن كاترينا استعادت مشاعرها القديمة تجاه أورلوف بعد عودته من رحلاته الطويلة إلا أن مكانه لم يعد شاغرا لأنها ارتبطت أثناء غيابه بعشيق آخر وهو شاب أسمر البشرة يدعى فاسيل وعندما علم أورلوف بذلك فقد صوابه ولكن الوقت قد فات بالنسبة لعمل أى شئ ولم تتوقف قائمة العشاق عند كاترينا لهذا الحد ولكن كان أشهرهم الأمير بو تمكين كانت كاترينا قد بلغت الخامسة والأربعين عندما وقعت فى غرام هذا الأمير فاتخذت جانب المبادرة وكتبت له عدة خطابات تعترف فيها بحبها له وبأنها تريده وفى أحد هذه

الخطابات تقول إمبراطورة روسيا لبو تمكين إن كل خلية فى جسدى تهفو إليك أيها العاشق الهمجى أما بوتمكين فقد كان هدفه من هذه العلاقة مع الإمبراطورة هو النفوذ والسلطة ورويدا .. رويدا أستطاع بوتمكين اقناع كاترينا بأنه أكثر من عاشق حيث كان يناقش معها أمور الدولة خلال لقاءات الحب المحرم بينهما وشاركها بوتمكين أحلامها فى إقامة روسيا العظمى سيدة العالم ولكن لسوء حظ الإثنين توفى بوتمكين وعندما سمعت كاترينا بنبأ وفاته سقطت مغشيا عليها.

انتقلت كاترينا بعد ذلك إلى سلسلة لا تنتهى من العلاقات الغرامية مع شباب صغار السن فقد كانت تعيد الفتوة والشباب بصرف النظر عن فارق السن أو المكانه الإجتماعية وانفقت إمبراطورة روسيا مبالغ طائلة على هؤلاء العشاق الشبان وقدر بعض المؤرخين ما دفعته كاترينا لهؤلاء الشبان نحو إلى مائة مليون روبل نقدا بخلاف الهدايا والمنح العينيه ورغم هذه العلاقات المتعددة إلا أن وفاة بوتمكين كانت ضربة قاصمة لكاترينا وهى ضربة لم تشف منها وكان أخر عشاقها شابان من البلاط ويدعى بلا توزويوف وكان يصغرها بأربعين عاما وقد قتل زويوف إبنى الإمبراطورة فى محاولة لتمهيد الطريق أمامه حتى يصل إلى العرش وجاءت نهاية كاترينا بشكل مفاجئ حين أصيبت بجلطة ولفظت أنفاسها الأخيرة فى فراشها عام ١٧٩٦.

هذه إحدى الحكايات من أسرار حواء التى لا يفصح عنها إلا التاريخ.

الغيرة .. وتأثيرها على حواء



من نتائج الغيرة أن يحتم بعض الأزواج على زوجاتهم ترك أعمالهن.. وأنا أتدخل هنا فى هذا الموضوع وأى فتاة يجب أن تدقق جيدا فى اختيار شريكها وأن تسأل نفسها.. ما الذى أدى بزوجها أن يطلب منها ترك العمل.. هل هى كثيرة الكلام مع زملائها فى العمل؟ هل هى متبرجة تضع الماكياج وتصادق كثيرا وتتحدث بالتليفون فى همس وتدخل منزلها نسوة لهن سلوك غير سوى كل هذه الأشياء تجعل الشك مدخلا لقلب الزوج ومتى دخل الشك.. أصبح الزوج فى حالة نفسية لا تسمح له بدخول الزوجة وخروجها ويكون القرار بعدم العمل.

لذلك يجب أن يكون بين الزوجين العاملين الثقة المتبادلة والاخلاص والوفاء والتعاون لا الشقاق والخصام والنفور الذى تعيش عليه الغيرة وينتهى بالشقاء.

ويعتقد الكثيرون والكثيرات أن أساس السعادة الزوجية هو تبادل الحب بين الخطيبين قبل الزواج بمعنى آخر يجب أن يسبق الحب الزواج.. وهذا اعتقاد خاطئ وأمامنا الأمثلة العديدة على ذلك فترى الخطيبين متحابين ومتى تزوجا انفصلا بعد بضعة شهور فأين ياترى ذهب الحب؟ إذا توجهت بالسؤال إلى أحدهما أجاب فى صراحة أنه كان أثناء الخطوبة وقبل الزواج يتوهم أنه يحب الآخر حتى إذا تم الزواج وظهرت العواطف والاختلاف فى الطباع على حقيقتها فخاب الأمل وحل الشقاق وانتهى بالطلاق والحقيقة التى لا يمكن نكرانها هى أنه متى بدأ الزواج.. انتهى الحب أما الحب والسعادة الحقيقية فتأتى بعد الزواج والمعاشرة واتفاق الطبع وتوافق الأمزجة والانسجام بين العواطف ومعرفة كل من الزوجين واجباته وحقوقه وواجبات وحقوق الطرف الآخر. ولو قارنا بين زواج أجدادنا وآبائنا قديما وبين زواج أبنائنا وبناتنا فى الوقت الحاضر نلمس الفرق العظيم بين الحالتين وأن الزواج الذى تم وفقا للعادات القديمة كانت تحيط البنت

والشاب بأسوار منيعة ضد الطيش والفساد كان أسعد وأطول عمرا من زواج هذه الأيام.

ومع أن العادة قديما جرت بأن لا يرى الزوج زوجته إلا ليلة الزفاف ولا يسبق هذه الليلة مقابلات أو اجتماعات أو رؤية أو اختلاط من أى نوع الأمر الذى يمنع تبادل الحب بين الاثنين إلا أن الزواج قديما كان رمزا للسعادة العائلية والراحة المنزلية.. لأن الزوج والزوجة يجتمعان وفى عقل كل منهما فكرة واحدة متماثلة متقنة وهى بناء أسرة جديدة من أهم العوامل فى الحياة الزوجية فإن هذه الحياة قوامها إثنان أنت وزوجك ومن ثم لابد من تعاونكما معا فى سبيل تحقيق أكبر نصيب من السعادة والهناء وأنت عزيزتى حواء تذكرى دائما أن زوجك بشر.. إنسان وأن للإنسان أعصابا وأن هذه الأعصاب قد تثار من عناء العمل وإرهاق من مطالب الحياة وأن خير مكان يستريح فيه الزوج من عناء العمل هو بيته فلا تقابلى الثورة بالثورة ولا الصياح بالصياح ولابد أن تحاولى جاهدة أن تمتصى غضبه باللين والمحبة من تلقاء نفسك بدافع الرغبة فى الابقاء على حياتك الزوجية.

والحقيقة المؤكدة أنه لم يخلق للآن الرجل الذى يفهم المرأة لانه لا توجد قاعدة ثابته أو نظرية معلومة يمكن تطبيقها على كل النساء أو حتى امرأتين فقط فكل امرأة فى الوجود تختلف عن الأخرى فى عواطفها هذه العواطف تختلف عنها فى شخصيتها وقيمتها وقوة عزيمتها ونشاط عقلها وخيالها وما يتولد عن هذا كله من رغبات وميول.

ومن الحقائق الثابتة أن كل زوج يثير غيرة زوجته ينتج عن هذه الإثارة ثلاثة أمور:

١ - نفورها منه.

٢ - عدم الثقة فى كل ما يقول.

٣ - إيجاد عقدة مركبة منه يفقد معها الزوج كل راحة وسعادة فى حياته مع هذه الزوجة.

وهناك نقطة مهمة جدا يجب أن يلتفت إليها كل زوج وهى أن الزوج الذى تحبه زوجته إذا أثار غيرتها كبحت نفسها عنه ومنعت عنه هذه المتعة وضايقته

كثيرا فى تلبية حاجته العاطفية لأن غيرتها تجعلها تعتقد أن هذا الزوج السميح بإثارته لغيرتها إنما يهزأ بها كامرأة ويسخر من عاطفتها وجسدها كزوجة قصرت عاطفتها عليه وهذا كل ما تملك ولا ترضى إهانته أو جرحه أو مسه بسوء.

أما الزوج الرحب الصدر الواسع العقل الذى نصفه بالثقيل وهو غير ثقيل الدم فإن زوجته الضعيفة الشخصية إذا ما أثارت غيرته أفهمها بنظرة أو إشارة أنها تافهة لا يمكنها أن تلعب بعقله وإذا لم ترعى الزوجة كررت إثارة غيرته فإنه يكتم رد فعله فى الغيرة ولو أنه يتألم ولا يظهر لها من غيرته إشارة ولكنه طول الوقت يدير الخطة لينسف عقلها وشخصيتها ويعبث بعاطفتها حتى بعد مضى سنين طويلة على هذه الإثارة تكون نست فيها ما سببته له من ألم الغيرة فإن غيرته طوال السنين توسوس له بما قاساه من هذه الزوجة حتى يأتى اليوم الذى ينتقم فيه فيعهد إلى بلبلة أفكار زوجته واللعب بعواطفها والسخرية منها والزوجة العاقلة حائرة لا تدرى سببا لكل هذا التحول فى سلوكها ومعاملته ومثل هذا الزوج العاقل لا يأبه بتاتا للإشاعات ولا يهتم بالخطابات التى تصل إليه عن سوء سير زوجته ولكنه لا يقتنع إلا بالحقائق التى يراها ويلمسها بنفسه ومتى تم له هذا فإنه لا يقدم على قتل زوجته أو حتى اساءة معاملتها لأنه يرى فى هذا جرما لا يتفق مع سعة عقله وقوة شخصيته فينفصل عنها وهذا الزوج هو الذى يتحكم عقله فى جسده.

أما الزوج عصبى المزاج الذى يلعب به الخيال فإن غيرته تثور لأنه الأسباب فإذا سار وزوجته فى الطريق ورأى شخصا تبسم لها إعجابا بشكلها أو أناقتها توقف عن السير وانهال على زوجته بالأسئلة عن هذا الشخص وما هى علاقتها به وماذا يهمه من أمرها ولماذا يبتسم لها؟ ولماذا يبدى إعجابه بأناقتها ؟ وغير ذلك من الأسئلة التى تعجز الزوجة عن الإجابه عليها لعدم وجود أية صلة من أى نوع بينها وبين هذا الشخص القليل الأدب ولكن غيرته تدفعه إلى عدم تصديقها وأنها تنكر صلتها بهذا لاشخص فما ذنب الزوجة فى دفع هذه التهمة التى قد تؤدى بزواجها إلى النهاية.

ومن الأزواج الضعفاء من يتشبث بهذه التوافه فيحرم على زوجته الخروج

معه أو الخروج بتاتا ولا يهتم من مضايقتها إلا هدوء نفسه وراحتها وتلاقى غيرته.

ومن الزوجات من تشعر بالغيرة على زوجها من صديق معين فتجتهد فى قطع الصلة بينهما وتبدأ أولا بتحذير زوجها من هذا الصديق وتتهمه بسوء السلوك ولاينجح زوجها بتاتا فى طرد الأفكار العقيمة من عقلها عن صديقه فمتى نشبت غيرتها مخالبها فى فؤادها فمن المستحيل تجعلها تستريح حتى تتخلص من أسبابها ولا تزال بزوجها تكشف له عيوب هذا الصديق وتتهمه بكل عيب ونقص فإن لم تفلح فى التفرقة بينهما لجأت إلى السلاح القذر وهو إثارة غيرته ضد صديقه تتهمه بمغازلتها فى غيابه أو طلب مقابلتها على انفراد حتى تثور غيرة الزوج ضد صديق العمر وينجح مخطط الزوجة.

ونحن نرى أن الزوج لا يمكن أن يغير من صديقة زوجته بتاتا بل الكثير من الأزواج يرحب بصديقه الزوجة وكثيرا ما تتطور الصلة بين الزوج وصديقه الزوجة إلى مودة ثم إلى ميل واشتياق وتستيقظ الزوجة من غفلتها وتجد أن الصديقة لطشت الزوج وهنا فقط تثور غيرتها وتصبح أسيرة لشيطان نفسها تدبر المكائد لتسترد الزوج وتذهب الصديقه إلى الجحيم - لقد تعلمنا من القدماء ما هى الغيرة؟ وماذا اتحمل إلينا من شقاق وعذاب وخراب فكان الزوج يحرم زوجته على أخيه وكانت الزوجة لا تسمح نهائيا لزوجها أن يقابل صديقاتها ويجلس إليهن ويتجاذب الحديث خوفا منها على الزوج ولكننا نرى اليوم بعد الاختلاط فى العمل حدوث مثل هذه الزيجات.. الزوجة تتزوج زميلها والزوج يتزوج زميلته بحكم التعود وتخيلى عزيزتى حواء ما يصيب الزوجة من إحباط ودمار نفسى حينما يتزوج زوجها صديقتها والمقت الشديد الذى ينشب بين الصديقتين اللتان كانتا فى يوم من الأيام روحين فى زجاجة واحدة وكل أسرارهما معا وهنا أنبه الفتاة بأن الصداقة لها أصول ولها قوانين تحكمها ما معنى أن اصحب صديقتى إلى مكان لقاء الخطيب وتركهما يتحدثان معا بالساعات ويحدث الخصام وتكون الصديقة طرفا لعودة المياه إلى مجاريها وبدلا من الصلح والعودة يحدث العكس ويرتاح الخطيب للصديقة ويشكو صديقتها بأنها لا تفهمه ولكنها هى التى تفهمه وتقدره وتحدث الكارثه.. ويترك الخطيب خطيبته ويتجه لصديقتها وتظل نار الغيرة تأكل

فى قلب من أعطت حبيبها لصديقتها لا تطفئها الأيام. وقد يتبجح الرجل قائلا أنا حر.. وهى الكلمة التى تتردد على لسان كل تافة وتافهه ويتمحك بها دفاعا عن ذنب أو خطأ ارتكبه ولا يود الاعتراف به هذه الكلمة البابية الثقيلة اخترعتها الغيرة ليتمادى الزوج فى الحماقة تلو الأخرى والاستهتار والاخلال بواجبات ومسئوليات الزواج والعائلة.

وما دام الزوج حر يسهر ويلعب ويرافق كما يشاء مع قيامه بواجباته الزوجية تماما.. فلماذا تحرم عليه زوجته هذه الحرية وما الدافع لتمنعه عن التمتع بحريته إنها الغيرة.. وما دخل الغيرة فى هذه الحرية..؟

وهنا يمكن أن نجد للسؤال إجابه.

إن هذه الحريه هى التى أوجدتها الغيرة ليتستر الزوج والزوجة ورائها ويعيشون فسادا ينتهى بهدم البيوت وانعدام السعادة والراحة ومتى جد الجد تمصلت وتنكرت الغيرة لهذه الحرية وقاومتها وحرضت الزوج أو الزوجة على الوقوف أمامها ومناضلتها ومكافحتها فيختلط الأمر على الزوجين ولا يدرى أحدهما ما هى حدود حريته وينتهى الأمر بالانفصال.

ومن البراهين على ضعف الغيرة فى المرأة وسدتها فى الرجل أن الزوجة التى تحرضها غيرتها لتنفر من زوجها وتتركه غاضبة لمنزل عائلتها لخيانته لها فإن هذا الزوج إذا ما توجه لزوجته وأرضى خاطرها واستمسحها فإنها تعود إليه فورا وتسير حياتها الزوجية معه فى مجراها العادى وإنما الزوج الذى تخونه زوجته فلا توجد قوة على الأرض لتهدئة غيرته فإن لم يقتل زوجته فإنه يطلقها ومتى طلقها يستحيل أن يعيدها إلى عصمته مهما كانت الأسباب ومهما استعطفت ومهما اعترفت بخطيئتها وأعلنت التوبة والندم إلا فى الحالات الشاذة القليلة السابق شرحها والتى لا يمكن الأخذ بها أحر القياس عليها وهى التى يرضى فيها الزوج باعادة زوجته إلى عصمته بطلاقها لخيانته مدفوعا بحاجته المادية لجسدها وكثيرا ما نسمع أن رجل أعمال أو رجل ذو نفوز أو منصب متزوج من سكرتريته أو موظفة عنده ودائما يتم هذا الزوج فى (السر) ويكون غالبا فرق السن والمركز بين الاثنين عظيما ودائما لا يستمر هذا الزواج إلا بضعة شهور

والغيرة المنبعثة عن هذا الزواج غريبة فى طبيعتها وضعيفة جدا عند كل من الزوجين فالزوج يرى فى زوجته الجديدة مجرد (دميه) يتسلى بها بضعة شهور ثم يلقيها جانبا ويعاملها بعد زواجه منها كموظفة أو على الأصح «خادمة» ومتى نال متعته منها تركها وحدها فى منزلها دون رقيب ولا يهمه ماذا تفعل وماذا تصنع ويقضى مع زوجته واولاده.. وهذه الزوجة والموظفة بدورها تقبل الزواج منه وهى تعلم تماما أن الزواج قصير الأجل وتقبل أن تكون زوجته (أن الأولاد) ضرة لها إنها أولا لا تحب الزوج ولا تميل إلا لمركزه وماله ولذا تضع فى قرارة نفسها أن يشهر إفلاسه على يديها.

فغيرة مثل هذا الزوج فتصر على شهوة الجسد دون (حب التملك) لأنه مصمم قبل زواجه بها مع تركها بعد الاكتفاء منها، وهى بدورها لا تغير عليه لأنها لا تحبه كرجل عاطفيا وأمامها الفرصة سانحة لتكفى عاطفتها من شاب فى مثل سنها ونرى هذا الرجل القادر عند الزواج من هذه الفتاة الصغيرة (الموظفة) هو منعها من العمل وفى هذه الحالة ليست غيرته هى التى عند رؤية هذه الزوجة التى لا تناسبه لا فى السن ولا فيا لشكل ولا فى المركز.

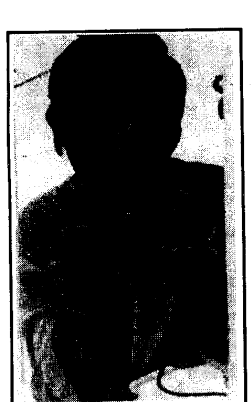
وقد دلت التجارب على أن أسوا حياة زوجية هى التى يتزوج فيها الرجل الثرى أو صاحب الشركة أو المدير من موظفه طرفه لأنه لا ينظر إليها نظرة الند للند أو لاشريك لشريكة حياته فيقتر فى مصروفه ويجتهد فى أن يجعلها تعيش فى مستواها العائلى لا مستواه.

والنتيجة الحتمية لهذا الزواج الذى تقبله الموظفة فى أنها تفقد زوجها ووظيفتها فى آن واحد.. إلا إذا كانت من (البنات المودرن) وتفهم نقطة ضعف هذا المدير وتضرب له على نغمتها ولا تتركه إلا وقد أفلس أو اختلس وهذا كثير الوقوع وما يهمنا عند الكلام على الغيرة بين الزوجين ما نراه فى زواج الغربيين والغربيات فملاحظ أن الحياة الزوجية تعمر طويلا ولا تنتهى إلا بانتهاء الأجل ولا تجد الغيرة تربه صالحة لتنمو فيها فى قلب الزوجين ويعود السبب فى هذا إلى الطريقة التى يتبعها كل من الفتاة والفتى فى اختيار شريكه فى الحياة.

ومهما كانت هذه الطريقة صحيحه سليمة فى نظر التربويين فإنى لا أؤمن

بها ولا أوصى باتباعها لاختلاف العادات وطـرق التربية والأخلاق وغيرها من نواحى الحياة العادة المتبعة فى الأمم الغربية أن كل فتى أو فتاة بلغ السادسة عشر من عمره يجب عليه أن يعمل لكسب قوته والاتكال على نفسه وهذه الطريقة مفيده جدا للغاية وياليتها تطبق فى مصر لأنها تعود الفتى والفتاة على مواجهة الحياة على حقيقتها وتغرس فى نفسه الثقة وحب العمل لأن حياته ومستقبله يرتكز عليه فحتما من أن يجيده ويتقن وبذا يكثر الخير على الجميع.

الفتاة والواقع المؤلم



من المؤسف والخطأ أن يطلق الأب صـرخـاته ويلقى توبيخاته على إبنته المراهقه ومن المؤلم أيضا أن تعيش هذه الفتاة صراعات الأم مع الأب وتحاول أن تسد آذانها من الكلمات الجارحة التى يوجهها الأب فتسرع مهرولة.. مسكينة تلك الفتاة التى طالما سمعت صرخات والدها تخترق الحائط وتعود كأنها رجع عنيف لطبول همجية.

كيف للفتاة.. أن تعيش الواقع الدرامى المؤلم؟

وأين تجد نفسها فى هذه الحقيقة المرة؟

إن لوجود الفتاة فى بيت والديها مؤشر أولى لبداية نموها السيكولوجى الذى يعدها لبيتها الجديد فبا لأمس القريب كانت طفلة تقفز كالفراشه الحالمة من مكان لمكان تغدو وتمرح بلا رفيق أما اليوم فهى شابة تخجل من أنوثتها.. وما هى إلا خطوات معدودة وتصبح فى القريب العاجل زوجة ومربية وأم مسئولة.

وكى لا تفاجئ بالحياة المبهمة والغامضة التى تقدم عليها وقد تخطئ وقد تصيب وأفكار تتقاذفها يمنه ويسرة ولأجل الاطمئنان على الوضع المستقبلى القادم يحق لها أن تتهيأ وتستعد لمواجهة الحياة القادمة من النواحى الفكرية والادارية والكمال النضجى والحسى فهل لاتصل إلى كل هذا إلا بمجهودها المضنى الذى تبذله فى سبيل تحقيق ما تنشده من ضالتها فى الارتقاء بفكرها والنضوج بعقلها

والمهارة بقدراتها وكفاءتها وأنا فى البداية أطلب إليك أن تكفى عن صرخاتك الموجهة لوالديها ولابد أن نقف معها على أهم أسرار حياتها الأولى فى التفتح والنضوج.

ولكن ما هى طبيعة الفتاة فى المنزل قبل انتقالها إلى منزل الزوجية هل يكون دورها ايجابيا مع أفراد أسرتها؟ هل تمتلك الأسلوب العذب والحديث الشيق والمبادرات الهادفة بإمكان الفتاة أن تفعل كل هذا..

وليس الأمر بالصعوبة التى تتوقعها وكل هذا تهيئة فى الواقع لحياتها الجديدة القادمة لتكون فى النهاية نتيجة مرضية لجميع الأطراف.. فلا تنسى عزيزتى الفتاة هذا الدور الذى يفتح أمامك الآفاق ويصنع منك إنسانة تعايش واقعها بكل بمعنى الكلمة.

جذبتنى إحدى النساء المثقفات إلى حديثها عن وضعها العائلى مع شقيقتها الصغرى وكم كان الأهل دائما يقارنون بينها وبين هذه الشقيقه ومدى استيعابهما وتفهمهما بمجموعة من الخبرات والممارسات الواجبه فى المنزل، فالأخت الكبرى تنال الإعجاب دائما وعبارات الثناء والمدح بعكس الصغرى التى لم يكن يلحظ عليها إلا صراخها وعصبيتها إزاء هذه الواجبات المنزلية حتى تزوجت الأولى توفقت فى زواجها بفضل إجادتها وخبرتها فى الأعمال المنزلية بينما الصغرى عادت إلى بيت والديها محبطه تجر أذيال الخيبة لأنها فشلت وللمرة الألف فى أن تتخطى القليل من العقبات الهامشية وفقدان النشاط للقيام بالأعمال المنزلية مما أدى إلى التشاؤم والاستياء وابتعادها عن زوجها وابتعاده عنها مما جعل الطلاق حلاً يائسا بالنسبة لمثلها إذن من أسباب فشل الزوجة هو عدم القدرة على إدارة مثل هذه الأمور التى تعد من الضروريات التى يجب أن تتفهمها الفتاة منذ صغرها حتى تشب واعية ومدركة ومحسنة لأدائها فأحيانا.. تكون الفتاة هى المتعمدة أن تترفع عن هذا بحجة واجباتها المدرسية والامتحانات التى لا تنتهى والاعتماد الكلى والجزئى على ماما والدلال الزائد عن الحد.. وأشياء كثيرة ومبررات أكثر تحولها مع الوقت إلى فتاة سيئة التصرف قليله التدبير تفقد قيمتها وتكن وبالاً على زوجها فى المستقبل هذا الزوج الذى غره أناقتها ونظافتها المعتمدة على الآخرين وتذوق طبيخ ماما جعله يتوهم أنه سوف يغرق فى بحر لا نهايه له من

العسل ولكن مع الأيام تتحول الدلوعة إلى زوجة مشاكة مشاغبة فكى لا تعرف كيف تنظف حجرة نومها ولا تعرف كيف تطبخ ولا كيف تنظم حجرة الطعام.

وإننى هنا أقدم اللوم على الأمم المتسامحة المتساهلة التى أوصلت إبنتها إلى مثل هذا التقصير.

إن عاطفة الأمومة يجب الا تجعلنا نضعف أمام الأبناء نرضخ لمطالبهم ونتسامح أمام تكاسلهم ونؤدى نيابة عنهم أعمالاً يتوجب عليهم أداؤها فهذا ليس فى صالحهم ومن هذا المنطلق ينصح المتخصصون فى مجال التربية كل أم بضرورة إشراك أبنائها فى أداء الأعمال المنزليه منذ الصغر.

حيرة فتاة ما قبل العشرين

تقول (س) طالبه جامعية: إننى أجهل نفسى بكل ما تتصورى وأجهل شخصيتى وهوايتى بكل ما تتطلب وبكل معانيها واحاسيسها ولكنى أتراجع أمام جراة قلمى واتساءل.. أتوجد نفسى بشرية لا تدرى ما تريده جوانحها؟

مثقفة فعلا لكن الحيرة تعترينى عندما أريد أن أقرر مصيرى هل أدرس الطب أم الفلسفة أم الصحافة أم أحب وأترك العنان لمشاعرى ولا أهتم كثيرا بمستقبلى خاصة وأن المستقبل أصبح مبهما فى عيونى بل ظلامه حالك بصورة مرعبة.

تعليق:

إن للاختيار أهميته الخاصة فى وعى المراهق نفسه وتحقيق ذاته كشخصية حرة مستقلة وفاعلة وتفسح حرية الاختيار المجال أمامه ليتعلم ويعدل اتجاهاته وانحطاط سلوكه ويغير قيمه ومواقفه ويؤكد استقلاليته.

والأفراد المراهقون فى درجة وعى ذواتهم ومقوماتهم. فبعضهم يعرف عقله ويعرف ما يريد أما بعضهم الآخر فقد يجهل رغباته الخاصه ومعتقداته وما يريد وما لا يريد يتبدى أثر معرفة الذات أو عدم معرفتها واضحا فى النواحى الانفعالية وما تحمله من نتائج تنعكس فى مجمل حياة المراهق فقد ينحسب المراهق من الحياة الزاخرة بسبب جهله لحقيقه مشاعره وانفعالاته وهذا يؤكد أن استواء السلوك أو شذوذة يتجدد بدرجة وعى الذات والتعرف الواضح على مقومات السلوك. إن الفتاة فى مرحلة النمو والنضج العقلى تعيش الحيرة بكل أبعادها ليس للحيرة بذاتها وإنما للبحث عن الأفضل والسعى نحو التكامل والطريق إلى الانطلاق السليم.

هذه الحيرة بين مختلف الاتجاهات تتصف بها الفتاة المراهقة فى طموحها إلى النمو طموحاً يلازمه الخوف والاشفاق بسبب الصراع النفسى ومحاولة السعى إلى الانطلاق وجدانيا وفكريا. لذلك لا تستسلمى للملل والتردد وحاولى طرد الأفكار السوداء عن مخيلتك وحددى هدفك بوضوح أمام نور الشمس فالطرق أمامك واضحة وأنت صاحبة القرار أيهما تسلكين الطريق السهل أم نقيضه الصعب؟ ومن يضمن لك السعادة والنجاح؟ ومن يضمن لك التعاسة والشقاء؟

لاشك أنك ستختارين الجانب الأول ولن أشك فى ذلك بعد الآن. ضعى فى اعتبارك بأن الحيرة شئ فطرى مكنون فى ذات الإنسان ولكن أنت سيدة القرار الأول فى الانتصار عليه أو الانهزام أمامه. ويكفى ما لاقته أمك من عذاب وسهر ومعاناة فى تربيتك حتى وصلت الآن إلى ربيع العمر. والآن جاء دورك لتردى لها الجميل.

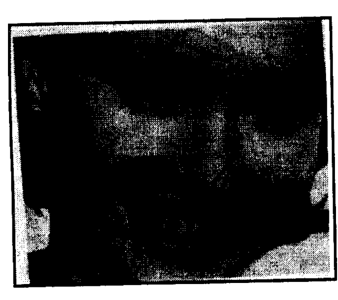
- إجلسى مع والدتك وافتحى معها موضوعاً شيقا.

- هل تفكرين الآن فى أن تخصصى لنفسك وقتا للاهتمام باخواتك الصغار وتتفقدى أمور بذاكرتهم.

كونى اليد الحنون والكلمة الشافية..

كونى على وعى بكل ما يدور حولك ولا تسترسلى فى عناد المراهقين فتصبحين ذات سمعة سيئة بالدلع والحوارات العقيمة.

رسالة من امرأة حزينه



إننى زوجة لرجل أحببته وأحبنى وكان زواجنا بكل اختيارنا وللحق لم يتدخل أحد فى هذا الاختيار بل باركه الجميع.

ولكن يبدو أن الحب والتفاهم قبل الزواج شئ والحياة الزوجية فى نظر الرجل ومعتقداته التى لا يقبل التنازل عنها شئ آخر فالرجل الشرقى وهذا ما ينطبق على زوجى تماما يتصور أنه بمجرد التوقيع على عقد الزواج أنه قد وقع على عقد امتلاك الزوجة فمنذ هذه اللحظة أصبحت شيئا مملوكا له يأتمر بأمره ويخضع لارادته وحده ولفكره الخاص وتقاليده وعاداته وأفكاره الخاصه وله الحق المطلق فى التصرف فيما يملك كيفما يريده وهذا ما يوقع المرأة وما أوقعنى بصفه خاصة فى مأزق كبير وفى العديد من المشاكل التى لم أجدلها حلا .

فالفتاة التى تعيش فى أسرة مثقفة تعيش تقاليد مختلفة عن التقاليد القديمة المتزمته ولكنها تقاليد تسمح للفتاة بالتعليم فى كل مراحله المختلفة تسمح لها بحرية الرأى وحرية الفكر وحرية المناقشه.

هذا ما ينطبق علىّ وعلى غيرى فمن عرف حدود الحرية الممنوحة لهن وانها حرية ملتزمة.

ولكن ما حدث بعد الزواج كان صدمة كبيرة لى ولغيرى من الزوجات من بنات جيلى فقد فوجئت بشخصية مختلفة تماما فيما يتعلق بمعاملتى كإنسانه لها حريتها ولها حقوقها وكان تعارض كبير فى هذه الشخصية ففى الوقت الذى يسمح لى فيه بالعمل وبمخاطبة الزملاء أثناء العمل وإيمانه الكامل بأننى إنسانة ملتزمة إلا إنه فى الوقت نفسه يعرض قائمة من الممنوعات من بينها ممنوع الزيارات بينى وبين الصديقات. ممنوع زيارة أى صديقة لو كانت مريضة ممنوع اختيار ملابس باختيارى. ممنوع المكياج. ممنوع الاعتناء بأزيائى وشعرى وممنوع



وممنوع وفى الوقت نفسه الذى يصدر فيه الزوج قائمة الممنوعات يسمح لنفسه بكل شئ يخرج وقتما يشاء ويعود وقتما يشاء ويختار لنفسه أرقى الأزياء ويبالغ فى أناقته على حسابى وحساب أولادنا، ويلومون على المرأة تغيرها بعد الزواج وإهمالها لنفسها وللابسها ودخول دوامة غريبة من المشاكل لاخلاص منها ولا يقدرون أبدا ما تعانيه الزوجة فى ظل مقومات الرجل الذى لا يحب إلا نفسه ولا يعترف إلا بحقوقه هو فقط ولا يعنى مسئوليات الزوج ولا مسئوليات الزواج إلا قدرته على التحكم وامتلاك الزوجة للحق فإن هناك بعض الأزواج الذين يعون حقوق الزوجية ومدى أسس العلاقة الزوجية السليمة ولكن الغالبية لا تعى هذه الأسس وتخلط بين عقد الزواج وعقد التملك والسيطرة فكيف تتغير هذه النظرة وكيف تتصرف الزوجة التى تتعرض لمثل هذه الظروف..

هذه الرسائل كثيرا ما تكتبها زوجات معذبات يعانين من قسوة الظروف والمعاناة ونحن كثيرا ما نقدر هذه المعاناة التى تتحملها المرأة الشرقيه من أجل الأولاد وأن رحلتك مع الزوج أيها الزوجة المعذبة والذى بدأت بحب قد جمع بينكما وأن الاختيار الكامل كان اساس ارتباطكما وأن الجميع قد بارك ذلك الاختيار وذلك الارتباط. وذلك لا يعنى إلا أن هناك تفاهما واقتناعاً مبنيا على دراسة وأسس سليمة أدت إلى ارتباطكما بحب وتفاهم انتهيا النهاية المرجوة والسعيدة بالزواج إن التفاهم والحب والاقتناع والتفهم الكامل لشخصية الطرفين والتفهم الواعى لحدود ذلك الارتباط التفهم الناضج لأسس ذلك الارتباط لمدى الحرية التى يتمتع بها كلا الطرفين فى هذه العلاقه.

رحلة لا تعـرف الأنانيـة ولا تعـرف الحـقـد ولا تعـرف إلا الحب والوفـاء والإخلاص ولاشك أن أيه علاقه لا تقوم على الاختيار السليم وتفقد منذ البدايه لعنصرى الوضوح والصراحة لا يمكن أن يكتب لها النجاح ومن المؤكد أن أية علاقة بين طرفين لابد أن يقف طرفاها على قدم المساواة من الحقوق ومن الواجبات لكل شخصيته الناضجة الواعية التى تلتقى بالشخصية الأخرى بذكاء ونضج يستطيع أن يجمع بين الصفات المميزة دون أن تطغى على الأخرى ومن المؤكد أن العلاقة الزوجية لابد أن تنشأ على احترام الزوجين كلا منهما للآخر.. وليس معنى أن تخرج المرأة إلى ساحة العمل لتدهور الوضع المالى أن يعطيها هذا الحق ألا تحترم زوجها وألا تجعل لكلمته شأن بين الأبناء وعلى هذه الزوجة أن تتريث فى التفكير فى مستقبلها وسعادتها الحقيقية وتدرس بعمق أبعاد القرار الذى تطالب بتطبيقه ولتكن ميزان عدل فى قدرتها لادارة المنزل وألا تكون جحيما لا يطاق فالزوج يطلب واجباته وحقوق أبنائه وهى عالية الصوت دائما تندد بأنها هى التى تصرف وأنه لولاها ما عاش الأبناء فى هذا المستوى وبدلاً من أن يكون عملها نعمة يتحول إلى نقمه يتشرد فيها الأبناء بين صراع الأب وصراخ الأم وغالبا ما تنتهى المشكلات المتضخمه بالطلاق ولو تدرى كل امرأة أنها كثيرا ما تعذب نفسها دون داع ويهيئ لها شيطان نفسها أنها مظلومة وأنها تعانى وأن هذا الزوج هو أسوأ زوج فى العالم.. هذه المرأة لو نظرت حولها لآمنت أن لكل رجل مساؤى وعيوب وأن هذه المساوئ وهذه العيوب تختلف من زوج لآخر ولكن فى النهاية كلنا بشر وعلينا أن نحتمل وقد تعتقد المرأة أنها من الممكن أن تطلق من هذا الرجل وتتزوج من غيره لعله يكون أحسن حظا من غيره وتكون الطامة الكبرى حين تفاجأ بأنه يفوق الأول فى السوء فتعود نادمة وتتمنى أن تعود إلى حياتها الأولى ولكن هيهات دون جدوى فالزوج الأول قد تزوج هو الآخر من امرأة أخرى قد تكون خيرا من سابقتها.

فعزيزتى كل حواء معذبة ـ لا تعتبرى أن مشكلتك صعبة وعويصة وأن زوجك يعذبك ويتفنن فى إغاظتك. تكشفى عيوبك وابحثى عنها وعالجيها وضعى فى ذهنك أن كل خطأ أنتِ السبب فيه ولا تقفى لزوجك على الواحدة واظهرى له أنه حبيبك الأول والأخير ساعتها سوف تدعيلى.

غلاء المهور.. والفساد الأخلاقى

قال رسول ﷺ : « أتانى ملك فقال يا محمد إن ربك يقرؤك السلام ويقول لقد زوجت فاطمة من علىّ فزوجها منه وقد أمرت شجرة طوبى أن تحمل الدر والياقوت والمرجان وأن أهل السماء قد فرحوا بذلك وسيولد منها ولدان سيدا شباب أهل الجنة وبهما تزين أهل الجنة فابشر يا محمد فإنك خير الأولين والآخرين.

إن مصير كل شاب وشابة هو الزواج والدخول فى عش الزوجية فكم هى لحظات مثيرة فقبيل الزواج يستعرض كل من العروسين السعيدين أحداث حياتهما الماضية بكل ما فيها ويجرهما التفكير إلى التأمل فى مستقبل أحدهما فيما سيقوله للآخر وبأى حديث يبدأ كلامه.. فما هى إلا سويعات لتنطلق زغاريد الأفراح ويبدأ القلب فى خفقاته إلى عتبة الباب للدخول فى بيت الحياة الجديد.

ما أجملها من لحظات.

لقد أقبلت الزوجة إلى بيت زوجها ضيفة لديه وحين يحصل الاستقرار النفسى لديها لتتلائم مع وضعها الجديد وهنا لا ينسى الزوج أن يستقبلها استقبالا حافلا مملوءاً بالاحترام والمحبة.

قال الأمام أبو عبد الله جعفر الصادق (ع) لبعض أصحابه إذا دخلت عليك أهلك فجذب بناصيتها واستقبل القبلة وقل:

اللهم بأمانتك أخذتها وبكلماتك استحللت فرجها فإن قضي لى ولدا فاجعله مباركاً سويا ولا يجعل للشيطان فيه شركا ولا نصيبا.

كبر.. الجمجمة

هذا هو الواقع الذى يعيش فيه الشباب اليوم إذا قلت لأحدهم متى تتزوج قال لك فى لامبالاة يا عم سيبك وكبر الجمجمة. أجيب منين آلافات للجواز ما البنات موجودة والجنس فى كل مكان إيه المشكلة.. شئ خطير أن يسود المجتمع مثل هذا السلوك..

لقد انصرف الشباب عن الزواج للتكاليف الباهظة التى يتطلبها فالمهر للزوجة وتهيئه الشقة ومصاريف الفرح والشبكة وفستان الزفاف وهدية أم العروسة واخواتها وخالاتها وعماتها.. إذن أصبح الزواج صفقة تجارية بين طرفين بائع ومشترى فالأغنياء فى بحبوحة من العيش يتمكنون من القيام بكافة التكاليف التى يتطلبها الزواج.. وما بال الشباب الذى يخطو أولى خطواته بلا مال ولا شقه ولا عمل فى ظل ظروف حالكة السواد فكيف يصمد أمام الوضع الخاطئ الذى يتحكم فى الجميع بلا فرق بين العالى والدانى وإن غلاء المهور وارتفاع أسعارها والتباهى فى الغلو فيها من المشاكل الاجتماعية التى طعنت كرامة الأمة فى الصميم وحطمت كرامة المرأة فى حياتها الزوجية.

إن الآباء مسئولون بالدرجة الأولى عن بناتهم من حيث يشعرون أو من حيث لا يشعرون إنهم يظنون أن البنت إن غلا مهرها ارتفعت قيمتها الاجتماعيه بين قريناتها ولداتها وقد غاب عن فهمهم أن الاسلام يرى أن الفتاة مهما غلت نفسها رخصت بمهرها وقبلت الزواج على إنه شركه روحية وسنه إسلامية.

فقد روى عن النبى ﷺ " أفضل نساء أمتى أصبحهن وجها وأقلهن مهراً.

هل تعلم أن صداق الطاهرة الزهراء عليها السلام بنت سيد المرسلين بنت خير خلق الله درعاً حطميا باعها الإمام (ع) بأربعمائه وثمانين درهماً وأتى به ووضعه بين يدى الرسول الأعظم ﷺ ووزع الرسول ﷺ المبلغ على النحو التالى.

١٦٠ درهما لشراء العطور.

١٦٠ درهما لشراء الثياب.

٦٦ درهما لمتاع البيت.

٩٦ درهما دفعها إلى أم سليمه لتبقيها لديها وأثاثها ولباسها وجميع احتياجاتها وهى:

قميص بسبعة دراهم.

خمار بأربعة دراهم.

سرير ملفوف بشريط من الخوص.

فراشان من خيش مصر حشو أحدهما ليف وحشو الآخر صوف غنم..

أربع (متكئات) من آدم الطائف وحشوها (إذخر) وهو نبات طيب الرائحة.

ستر رقيق من الصوف.

حصير هجرى.

رحى يد.

مخضب من النحاس لغسل الثياب.

قربه صغيرة.

قدح من خشب.

قربه صغيرة لتبريد الماء. جره خضراء.

كيزان من خزف.

بساط من الجلد.

قائمة عفش لفتاة عصرية أصيب عريسها بالجنون إثر إمضائه على القائمة التى يبلغ قيمتها ١٠٠ الف جنيه فقط مائه ألف جنيه وكانت كالآتى.

١٠ آلف جنيه غرفه نوم بلاكار وارد إيطاليا.

١٧,٠٠ ألف سبعه عشر ألف جنيها غرفه سفرة ألمانى.

١٢,٠٠ إثنا عشر ألف جنيه غرفة صالون ابيسون وارد النمسا.

والباقى أجهزة كهربية وستائر ومفروشات وأبسطه ومراتب اسفنج ومطبخ مودرن لا يتأثر بالماء ولا بالنار.

من هنا كان لابد أن يهرب الشباب خاصة فى المدن إلى البحث عن نساء فى أى مكان مما ساعد على إنتشار جرائم الاغتصاب. ولقد كان من أ ثر تأخر الزواج مساوئ ومضاعفات على البنية الاجتماعية للأمة لتشيع المحرمات ورذيلتى السحاق واللواط عن طريق بث سموم العالم الغربى عن طريق الأطباق الفضائيه التى أصبحت تشاركنا فى الهواء الذى نستنشقه. من جرائها تعرض المجتمع لتفشى الأمراض النفسية والجنسية وازدياد نسبة البطالة وحالات الاغتصاب والتفسخ الأخلاقى وتعرض الجيل الآتى إلى المخلفات النفسية والجسدية والمرضية الموروثة إليهم عن طريق والديهم المحرمين.

إحصائيات عن المضاعفات الخطرة الناجمة عن تأخر الزواج

أثبتت الإحصائيات فى الولايات المتحدة الأمريكية أنه بلغ عدد النساء المغتصبات فى كل سنه مائه وثمانون ألف إمرأة (١٨٠,٠٠٠).

- ونى فرنسا (٣٠,٠٠٠) ثلاثون ألف فتاة يفقدون عذريتهم بالاغتصاب فى كل سنة.

- وفى إيطاليا (٢٥,٠٠٠) خمسه وعشرون ألف امرأة يتم اغتصابهن فى السنة.

- وفى السنوات الخمس الأخيرة ارتفعت حالات الاغتصاب فى أمريكا وأروبا بنسبة ٦٠٪ عن السنوات الخمس التى قبلها وإن دلت هذه الاحصائيات على شئ فإنما تدل على المجتمع المنحرف الذى مهد ا الأسباب وهيأ الظروف لشيوع الرذيلة كالزنا واللوط وحوادث الاغتصاب وعلينا مكافحة هذه الأخطار المتفاقمة التى تتخذ طابع التوسع والانتشار بالزواج المبكر الذى يضمن سلامة الأمة من المفاسد الاجتماعية الخطيرة التى يندى لها جبين الانسانية.

عزيزتى الفتاة

- لا تتسـاقى خلف مظاهر الترف الكاذبة والخادعة التى قد يهيـأها لك بعضهم وفى النهاية سوف تكتشفى أنك كنت تتوهمين المحال.

- وأنت تتنازلين عن أحلامك فى الحب والسعادة لا تنسى أن أمك هى التى زرعت فيك حب المادة ولن تجنى سوى خيبة الأمل وأنت على أعتاب الزواج من رجل فى السبعين من عمره سوف يرحل ويتركك أرملة تبحثين كل يوم عن رفيق ويكتظ المجتمع بآلاف من الأرامل والثكالى والأطفال الأيتام وسوف يذهب المال وتواجهين المصير الأسود.

وفى النهاية إن أدق أسرار حواء هو الحب والتفاهم مع رجل يقدر مشاعرها ولا يتركها تعانى آلام الوحدة.

الفهرس

